स्वप्नलोक

हरिमोहन शर्मा

भारतीय ज्ञानपीठ प्रकाशन

- सपनों की दुनिया यथार्थ से कहीं अधिक रंगीन, अधिक मोहक, अधिक लुभावनी, अधिक रोमांचक या अधिक भयावह, अधिक ग़मगीन या द्रावक होती है।
- स्वप्न कल्पना मात्र नही, प्रत्युत एक पूर्ण विज्ञान है।
- सपने मे अवचेतन मन अधिक सक्रिय होता है और हम जाग्रत् अवस्था से अधिक प्रज्ञावान्, अधिक संवेदनशील होते है।
- सपने अपनी प्रतीकात्मक भाषा मे कहीं हमें परामर्श और निर्देश देते है, कहीं मार्गदर्शन करते हैं।
- वैदिक युग से लेकर अब तक स्वप्न-विषयक जितना चिन्तन देश-विदेश में हुआ, उस का नवनीत············

स्वप्नलोक

सादर
श्री धर्मवीर भारती
को

स्वप्नलोक

*

हरिमोहन शर्मा



भारतीय ज्ञानपीठ प्रकाशन

लोकोदय ग्रन्थमाला :
सम्पादक एवं नियामक
लक्ष्मीचन्द्र जैन

ग्रन्थांक : ३१४
प्रथम संस्करण : मार्च १९७१



स्वप्नलोक

(स्वप्न-निबन्ध)

हरिमोहन शर्मा



प्रकाशक
भारतीय ज्ञानपीठ
३६२०/२१ नेताजी सुभाष मार्ग, दिल्ली-६

मुद्रक
सन्मति मुद्रणालय,
दुर्गाकुण्ड मार्ग, वाराणसी-५

मूल्य : दस रुपये

SWAPNA-LOK
(Dream-Essays)
Harimohan Sharma
Published by : BHARATIYA JNANPITH,
3620/21, Netajee Subhash Marg, Delhi-6
(*Phone* : 272582. *Gram.* : 'JNANPITH', Delhi-6)

Price
Rs. 10/- Only

निवेदन

यह पुस्तक आदि से अन्त तक स्वप्नविषयक अनेकानेक मौलिक और आधुनिक तथ्यों एवं विचारों से ओतप्रोत है, पर इस में स्वयं मेरी मौलिकता केवल इतनी है कि मैं ने इन बिखरे हुए तथ्यों और विचारों को बीन-बीन कर तारतम्य से एक साथ पिरो कर प्रस्तुत कर दिया है, जिस से इन्हें एक स्वरूप मिल सके।

इस पुस्तक में मैं ने जिन पुस्तकों और पत्र-पत्रिकाओं की सामग्री का सहारा लिया है, उन के लेखकों और प्रकाशकों के प्रति मैं हृदय से आभारी हूँ। प्रत्येक उद्धरण या अवतरण का सन्दर्भ यथास्थान दिया गया है। यदि आभार-स्वीकृति में किसी उद्धरण या अवतरण का उल्लेख भूल या असावधानी से रह गया हो, तो लेखक क्षमाप्रार्थी है।

पाठकों से अनुरोध है कि वे पुस्तक में अज्ञान या असावधानी के कारण रह गयी भूलों की ओर लेखक का ध्यान आकर्षित करें तथा पुस्तक को और अधिक ज्ञानवर्द्धक और उपयोगी बनाने के बारे में अपने मूल्यवान् सुझाव अवश्य भेजें।

यदि इस पुस्तक को पढ़ कर पाठकों के मन में सपनों के बारे में इस से भी अधिक जानकारी प्राप्त करने की इच्छा जाग्रत् हुई, तो मैं अपने श्रम को सार्थक समझूँगा।

—हरिमोहन शर्मा

बम्बई, १ जनवरी, १९७१

अनुक्रम

सपनों की रहस्यमयी दुनिया

आइए, एक ऐसे लोक की यात्रा करें जो उस लोक से सर्वथा भिन्न है, जिस में आप इस क्षण जी रहे हैं।

इस अद्भुत लोक की यात्रा के लिए किसी अन्तरिक्ष-यान पर सवार नहीं होना है, और न विशेष तैयारी ही करनी है। सिर्फ़ सो जाइए और देखिए—अपने ही अवचेतन मन की अथाह गहराइयों में दबे इस रहस्यमय लोक—स्वप्नलोक—की यात्रा आरम्भ हो गयी।

जगत् की स्वप्नवत् विचित्रता

जब आप कोई असामान्य सपना देख कर जागते हैं तब कैसा लगता है आप को?

नहीं लगता कि आप एक ऐसी नयी-नवेली, निराली, नशीली और रंगीन दुनिया की सैर से लौटे हैं जो अवास्तविक होते हुए भी वास्तविक लगती थी, जहाँ भूत, भविष्य और वर्तमान एकरूप हो गये थे, और जहाँ आप एक से अनेक हो गये थे—सपनों में चल रहे नाटकों के पात्र भी, उस के निर्देशक भी और स्वयं उस के दर्शक भी, जहाँ आप अपने को वर्तमान की अपेक्षा अधिक समझदार लग रहे थे।

काश! आप की इस स्वप्न-यात्रा का चलचित्र तैयार हो सकता, तो वह निश्चित रूप से आप की ही नहीं, मानव-लोक की किसी भी कृति से कहीं अधिक व्यापक, कलात्मक, व्यंजक, विचित्र, रंगीन और प्रज्ञावान् होता!

आप ने अनुभव किया होगा, सपना कैसा भी हो, अति सुखदायी या अति दुःखदायी, नशीला या डरावना, उस का खुमार या आतंक काफ़ी देर तक मन पर छाया रहता है। और, जब तक यह प्रभाव मन पर रहता है, यह सुध नहीं रहती कि जाग रहे हैं, या दुबारा कोई और सपना देख रहे हैं। ऐसे क्षणों में सारा जगत् ही स्वप्नवत् लगने लगता है। स्वयं जीवन भी एक लम्बा सपना लगता है।

जीवन और जगत् की इस स्वप्नवत् विचित्रता को ही आंग्ल कवि स्विनबर्न ने इन शब्दों में व्यक्त किया है:

A dream, a dream is it all—the season
The sky, the water, the wind, the shore ?
A day—born dream of divine unreason
A marvel moulded of sleep- no more ?

"सब कुछ स्वप्न ही है—स्वप्न ही—ऋतु, आकाश, जल, वायु, तट ?
दिन क्या है ? दिव्य निर्बुद्धिता की कोख से जनमा सपना
नींद के साँचे में ढला एक कौतुक—बस ?"[१]

हम काल को उस के खण्डित रूपों—मिनट, घण्टे, दिन, महीने और वर्ष—में ही जानते हैं। पर, सपने काल को इस सीमा मे नही बँधते। क्षण भर मे भूत और भविष्य की अनेक अनुभूतियाँ सपनों मे साकार हो सकती है।

सपने क्या है, यह प्रश्न सृष्टि के आरम्भ से ही मानव के सामने रहा है। अलग-अलग युगों मे, अलग-अलग व्यक्तियो ने अपने-अपने अनुभवों और अपनी कल्पनाओं के आधार पर सपनों और उन की निराली 'भाषा' को समझने का प्रयत्न किया है। सपनों को ले कर वैज्ञानिक प्रयोग बराबर चल रहे है। पर, कोई कभी भी साहसपूर्वक नहीं कह सका है कि उस ने सपनों के बारे में अन्तिम जानकारी प्राप्त कर ली है। अवचेतन मन की जिन अँधेरी और अज्ञात तहों में सपनों का जन्म होता है, वे अगाध और अज्ञात तल हैं। एक कठिनाई यह भी है कि मनोविज्ञान जब मन की अतल गहराई में उतरता है तब भाषा असमर्थ हो जाती है। जब तक मानव इस गहराई में पूरा प्रवेश नही करेगा, और उन रहस्यमयी प्रक्रियाओं को पूरी तरह नहीं जानेगा, जिन से सपनों का जन्म और विकास होता है, तब तक सपनों के बारे मे, जानकारी पूरी नहीं हो सकती।

प्रत्यक्ष अनुभवों और प्रयोगों के आधार पर आदमी ने सपनों की रहस्यमयी दुनिया के बारे मे अब तक जितनी जानकारी प्राप्त की है, वह भी काफ़ी रोचक, ज्ञान-वर्धक और उपयोगी है। वह जान गया है कि सपने न भगवान् की लीला हैं, और न मानसिक तरंगों का साकार रूप। यह सच है कि कभी-कभी वे मन के अँधेरे कोनों में डूबी दमित इच्छाओं को साकार करते है, भविष्यवाणी करते हैं, अपरिहार्य सच्चाइयों को अभिव्यक्त करते हैं, खोयी हुई यादों को उभारते हैं, अलौकिक सृष्टियों का निर्माण करते है, दूरानुभूति कराते हैं, पर वे केवल इतना ही नहीं करते। उन की सार्थकता और महत्त्व इस से बहुत अधिक है।

आत्मा का नवमूल्यांकन—सपनों के माध्यम से

अधिकांश व्यक्ति सपनों को क्षणभंगुर और 'समझ में न आने वाली मनोलीला' मानते है। पर अपने चेतन जीवन को अधिकाधिक उपयोगी और रचनात्मक बनाने के लिए सपनों का अध्ययन बहुत आवश्यक है। जीवन का प्रायः आधा भाग जिस

१. Charles Swinburne—Modern Library (A Swimmer's Dream)

अचेतनावस्था—निद्रावस्था और दिवास्वप्नावस्था—में व्यतीत होता है, सपने उसी अचेतनावस्था के प्रतीकात्मक उद्गार हैं। यह तथ्य इस अध्ययन को अत्यन्त महत्त्वपूर्ण और सार्थक बना देता है।

इसी बात को आधुनिक युग के महान् मानसशास्त्री जुंग ने इन शब्दों मे कहा है, "अन्तश्चेतना की शक्तियाँ मानवप्रकृति के आधारभूत तथ्यों का पुनर्मूल्यांकन कर हमारे आत्मा का नवमूल्यांकन घटित करती है। और, चेतना से परे की हमारी अन्तश्चेतना मे क्या विद्यमान है, इस का कुछ आभास हमे सपनों के माध्यम से ही हो पाता है।"[1]

नारायण चिन्तामणि महाशब्दे की एक कविता है—"सपनों की डायरी", जो उन कतिपय चेतनास्तरों को प्रकाशित करती है, जो सपनों द्वारा संकेतित होते हैं। नीचे दिया गया है, इस कविता का अनुवाद, जो दिनकर सोनवलकर ने किया है :[2]

सपनों की डायरी

सपने
यदि रख पायें अपनी गुप्त डायरी
और करते रहें नोट उस मे
जाग कर बिताये हुए प्रहर
और सुखमय नीद के प्रहर
तो पता नहीं, तृप्ति के कितने तट होवें आलोकित,
या उपलब्ध हों नये मनोविश्व
जिन्हें कोई चुरा न सके
सपनों की डायरी के कुछ पृष्ठो पर
शायद निश्चिन्त बहता मिले
किसी कोमल इन्द्रधनु का नश्वर अभियान
कि कैसे वह उग आया शून्य हृदय मे
और क्षणों को रंग गया उन्माद से
वासना को भर गया आसक्ति से
किन्ही दूसरे पृष्ठो पर निश्चय ही दौड़ती मिलेंगी
छायाएँ काली
भयानक केन्सर की तरह, जो विकृत हो कर भीतर ही भीतर फैलता है
जड़ें जमाता हुआ असन्तोष
और विषैले परिणामों को जन्म देती हुई चिन्ताएँ

---

१. The Interpretation of Dreams--Modern Library.
२. 'भारती'—३० मई, १९६४

कुछ अन्य पृष्ठ होंगे कोरे
सहज शुभ्र
आस्था से आश्वस्त सूर्य सदृश जैसे कोई कैदी रात की जंजीरों से मुक्त
क्या इन्हीं पृष्ठों के मौन में लिखी है
भूमिका किसी अजन्मे आनन्द की

सपनों मे हमे अपने ही व्यक्तित्व के विभिन्न आयाम दिखाई पडते हैं। इसी प्रकार, सपने हमे परेशान कर रही किसी समस्या को नाटकीय और प्रतीकात्मक रूप मे प्रस्तुत कर, उस के विभिन्न पहलुओं को उजागर करते है।

मन की ग्रन्थियों और कुण्ठाओं को समूल और सम्पूर्ण रूप से नष्ट करने के लिए, गीता के अनुसार—"समदृष्टि वाले योगी को आत्मा को सभी प्राणियो में स्थित देखना चाहिए, और आत्मा में अनेकानेक प्राणियों को अभेद भाव से स्थित देखना चाहिए।" एकत्व की यह दृष्टि हम सपनो के वास्तविक स्वरूप को समझ कर प्राप्त कर सकते है। सपने के सभी पात्रो मे 'स्व' ही समाहित है, यह अनुभूति हमे समत्व की मानसिक स्थिति की वास्तविकता को, जो योग का वास्तविक अर्थ है, समझाती है।

इसी प्रसंग मे यह भी कहा जा सकता है कि दीर्घ चिन्तन के बाद, युग-मनीषी जुंग के मन मे जिस सामूहिक अवचेतना' का विचार आया था, वह भारत के चिन्तकों और मनोविज्ञान-विशेषज्ञों को हजारों वर्ष पहले ही सूझ चुका था। दिलचस्प बात यह है कि स्वयं जुंग के मन का यह विचार तब मूर्त हुआ, जब उन्होने स्वयं को अनेकानेक स्तरों पर (जो वास्तव मे ऐतिहासिक कालों के प्रतीक थे) बने एक भवन का अध्ययन करते पाया।

फ्रायड—वेदवाणी के नूतन प्रवक्ता

प्राचीन साहित्य मे स्वप्नविषयक प्रचुर सामग्री उपलब्ध होती है।

अथर्ववेद मे स्वप्नों और दु.स्वप्नों से सम्बन्धित अनेक सूक्त है। एक सूक्त में कहा गया है—"हे स्वप्न! मैं तेरी उत्पत्ति को जानता हूँ।"[1] एक अन्य सूक्त मे कहा गया है—"हम दुःस्वप्न से भयभीत हैं। उस का भय दूर हो। हे स्वप्न! तू अन्त कराने वाला है।"[2]

ऋग्वेद के एक मन्त्र मे प्रार्थना की गयी है—"दुःस्वप्न देव! तुम ने मन पर अधिकार कर लिया है। हट जाओ, भाग जाओ, दूर जा कर विचरण करो। दूरस्थ निर्ऋति देवता से जा कर कहो कि जाग्रत् व्यक्ति के मनोरथ विशाल होते है।"[3]

---

१. १६।२।५।१-२-३
२. १६।२।६।२
३. १०।१६४।१

वैदिक ऋषि सम्भवतः दुःस्वप्नों को अशुभ और पापकर्मो के परिणाम मानते थे। वे यह भी मानते थे कि दुःस्वप्न व्यक्ति-मानस से सर्वथा असम्बद्ध है।

मनोविश्लेषण के संस्थापक फ्रॉयड ने एक ओर जहाँ अन्तश्चेतना के अविज्ञात प्रदेशो मे विद्यमान अनिष्टों, अन्धकारों और विकृतियों पर प्रखर प्रकाश डाला है, वहाँ दूसरी ओर सपनों की उत्पत्ति का मूल कारण सेक्स का दमन माना है। ऋषि अथर्वा ने सेक्स के महान् आन्तरिक बल को स्वीकार करते हुए कहा है—"हे कामदेव! तुम उग्र हो, स्वामी हो। अपने दुःस्वप्न को, अपनी निर्धनता को तुम उस पर भेजो, जो हमे पराजित कर के विपत्ति में डालने का प्रयत्न करता है।"[१]

वेदों के ऋषि मानते थे कि प्रार्थना अथवा योगबल से दुःस्वप्न के परिणाम को किसी अन्य व्यक्ति को भेजा जा सकता है। अथर्ववेद के एक सूक्त मे ऋषि कहते है—"हे चाक्षुष! दुःस्वप्न से प्राप्त फल को अमुक गोत्रवाले अमुकी के पुत्र मे भेजता हूँ।"[२]

जिस प्रकार, फ्रॉयड ने स्वीकार किया है कि काम (सेक्स) का किसी शुभ दिशा मे परिशोधन (Sublimation) व्यक्ति को महान् बना देता है, उसी प्रकार अथर्ववेद मे ऋषि ने एक सूक्त मे काम (सेक्स) के कल्याणकारी शरीर की ओर संकेत किया है, और उस की सूक्ष्म से स्थूल परिव्याप्ति की ओर भी संकेत करते हुए उसे नमस्कार किया है। "जो दुःस्वप्न मेरे मन और नेत्र को अच्छा नही लगता, जो मुझे प्रसन्न नही करता, जो मुझे भक्षण करता हुआ सा प्रतीत होता है, उस दुःस्वप्न को मैं कामदेव की स्तुति करता हुआ, शत्रु की ओर छोड़ कर उसे चीरता हूँ। हे कामदेव! तुम्हारा जो कल्याणकारी शरीर है, उस के द्वारा तुम जिसे वरण करते हो, वही सत्य है।"[3]

महाभारत के रचयिता श्री व्यासदेव स्वप्नों को भावी शुभाशुभ परिणामों और घटनाओं का सूचक मानते थे। ब्रह्मसूत्र में उन्होंने कहा है—"श्रुति से सिद्ध होता है, तथा स्वप्नशास्त्र के ज्ञाता कहते है कि स्वप्न भविष्य मे होने वाले शुभाशुभ परिणामो के सूचक होते है।"[४]

लगता है कि उपनिषद्-काल तक प्राचीन भारत में स्वप्न-विज्ञान पर पर्याप्त शोध हो चुकी थी। केनोपनिषद् मे वर्णित सौर्यमिणी-पिप्पलाद वार्ता मे स्वप्न-प्रक्रिया का अत्यन्त सूक्ष्म और विशद विवेचन किया गया है।[५] सौर्यमिणी के स्वप्न-सम्बन्धी प्रश्न के उत्तर मे महर्षि पिप्पलाद कहते है :

---

१. प्रश्नोपनिषद्, प्रश्न, ४।५
२. १६।२।७।७–८
३. ९।१।२, २।३,२५
४. ब्र. ३।२।४
५. ४।३।७

"स्वप्न अवस्था मे जीवात्मा अपनी विभूति का अनुभव करते हुए, देखे हुए दृश्यों को पुनः देखता है, सुनी हुई बातों को पुनः सुनता है, विभिन्न देशों और दिशाओं मे अनुभव की गयी बातों को पुनः अनुभव करता है। इस के अतिरिक्त, वह स्वप्न में वह सब कुछ भी देख लेता है जो उस ने पहले कभी नही देखा था। वह भी सुन लेता है, जो उस ने पहले कभी नही सुना था। इस प्रकार वह स्वयं सब कुछ बन कर सब कुछ देख सकता है।"

ठीक यही बात महर्षि याज्ञवल्क्य भी कहते है—"जीवात्मा ही स्वप्न बन कर इस लोक तथा मृत्यु के अनेक रूपों का अतिक्रमण करता है····स्वप्नावस्था मे न रथ है, न रथ मे जुतने वाले अश्व, और न वह मार्ग ही जिस पर रथ चलता है। परन्तु जीवात्मा स्वप्नावस्था मे स्वयं रथ, अश्व और मार्ग बन जाता है। स्वप्नावस्था मे न मोद है, न आनन्द, पर जीवात्मा इस अवस्था मे उन की भी रचना कर लेता है। स्वप्न मे उसे जो सरोवर, नदियाँ आदि दिखाई देती है, उन का स्रष्टा भी वह स्वयं ही है।"[1]

सपनो के प्रयोजन के विषय मे याज्ञवल्क्य और फ्रॉयड के दृष्टिकोणों मे काफ़ी समानता दिखाई देती है। दोनों की ही मान्यता है कि स्वप्न के मूल में व्यक्ति की वासना ही होती है, और वह स्वप्नावस्था मे अपनी दमित इच्छाओं की पूर्ति करता है।

प्राचीन काल में दुःस्वप्न

आधुनिक स्वप्नविशेषज्ञों के अनुसार, पुनर्जन्म की कल्पना हमारे पुरखों के मन मे तब आयी होगी जब उन्होंने अपने को और अपने पूर्वजों को एक साथ, सपनों में नये और अपरिचित परिवेशों मे देखा होगा।

प्रागैतिहासिक काल मे आदमी का विश्वास था कि स्वप्नावस्था में उस की आत्मा उसे छोड कर विभिन्न लोकों मे विचरण करती है, और देवतागण स्वप्नों में अपने आदेश देते है और अपनी वाणी सुनाते है। यह विश्वास जब तक क़ायम रहा, आदमी सपनों मे दैविक आदेश पाने के लिए व्रत-उपवास रखता रहा, और पूजा-पाठ करता रहा।

अग्नि-पुराण मे कहा गया है—'निद्रा के पश्चात् आने वाली स्वप्नावस्था में शरीर अपनी समस्त इन्द्रियो सहित पूर्ण विश्राम करता है। किन्तु मन जागता रहता है, और स्थूल शरीर से निकल कर सूक्ष्म लोकों मे भ्रमण करता है। इन लोकों में जो कुछ वह देखता है, उस के प्रतिबिम्ब बराबर आत्मा पर पड़ते रहते है। इन्हीं प्रतिबिम्बों को हम स्वप्न कहते है।"

इसी पुराण मे स्वप्नदर्शियों को परामर्श दिया गया है कि वे किसी महत्त्वपूर्ण कार्य को आरम्भ करने से एक रात पूर्व, यह प्रार्थना करें—"हे महाप्रभु! स्वप्नों के माध्यम से मुझे यह निर्देश दो कि अभिलषित कार्य को कैसे सम्पन्न करूँ?"

---

१. ब्र. ३।३।४

'शतपथ ब्राह्मण मे दुःस्वप्नों को मिटाने के लिए अपामार्ग वनस्पति की पूजा करने का परामर्श दिया गया है। अथर्ववेद मे भी कहा गया है कि दुःस्वप्न आते ही, करवट बदल कर एक विशेष मन्त्र का पाठ करना चाहिए।

दुःस्वप्न का प्रभाव टालने के लिए विष्णु-भक्त, अपने मुँह को स्वच्छ कर, 'विष्णु सहस्रनाम' का पाठ करते हैं। 'विष्णु सहस्रनाम' मे विष्णु को दुःस्वप्ननाशक माना गया है।

वेदों में ग्यारह प्रकार के दुःस्वप्नों को अशुभ और अपशकुनयुक्त माना गया है—(१) काले दाँतों वाला व्यक्ति, जो हत्या करने को तत्पर हो। (२) वराह। (३) स्वप्न देखने वाले व्यक्ति पर झपटती हुई जंगली बिल्ली। (४) यदि स्वप्नदर्शी सोना खा कर उसे थूकता हुआ दिखाई पड़े। (५ + ६) यदि स्वप्नदर्शी मधु या कमल की जड़ खाता दिखाई पड़े। (७ + ८) यदि स्वप्नदर्शी किसी गाँव मे गधों या वाराहों के साथ जाता दिखाई पड़े। (९) यदि स्वप्नदर्शी किसी काली गाय और काले बछडे को दक्षिण की ओर हाँकता हुआ दिखाई पडे। (१० + ११) यदि स्वप्नदर्शी लोमशा पौधा पहने या स्वय को माला पहनाता हुआ दिखाई पड़े।

प्राचीन भारतीय स्वप्न-सिद्धान्त

दुःस्वप्नो के अन्तिम रहस्यात्मक तत्त्व को जानने के प्रयास मे आदमी ज्यों-ज्यों अग्रसर हुआ है त्यों-त्यों नयी पहेलियाँ सामने आ कर उसे चुनौती देती रही है। आज भी, दुःस्वप्नों के प्रयोजन और अर्थ के बारे में आदमी की जानकारी अपूर्ण ही है।

लेकिन, स्वप्नों के कारण, उत्पत्ति और विकासादि पर हमारे पुरखो ने यथेष्ट विचार और प्रयोग किये थे, कारण उन की स्वप्न सम्बन्धी मान्यताएँ मात्र अन्तर्ज्ञान ही नही, प्रयोगसिद्ध भी प्रतीत होती है।

प्राचीन भारतीय चिन्तकों के अनुसार, सृष्टि के आरम्भ मे महत्तत्त्व, अहंकार, तन्मात्राओं एवं महाभूतों के साथ-साथ तीन गुण—सात्त्विक, राजसिक और तामसिक—उत्पन्न हुए। और उन्ही के साथ उत्पन्न हुई तोन अवस्थाएँ—जाग्रत्, स्वप्न और सुषुप्ति। जाग्रत् और सुषुप्ति के बीच की अवस्था स्वप्नावस्था है।

प्राचीन भारतीय स्वप्न-सिद्धान्त की बारीकियो को तो समझते ही थे। यह भी जानते थे कि अनेक स्वप्न जन्म-जन्मान्तरों से सम्बन्धित होते है, और अनेक सपनों का क्रम कई वर्षों तक चलता है।

'योगसूत्र' मे स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार की गयी है : "जब व्यक्ति स्वेच्छा-पूर्वक अथवा स्वभावतः सुधि से बेसुधि तथा चेतनावस्था से अचेतनावस्था मे प्रविष्ट होता है, तो चेतना और अचेतना की मिश्रितावस्था मे अर्द्धचेतन स्थिति मे रहता है। यही स्वप्नावस्था है। इस अवस्था मे व्यक्ति अपने शरीर और मन की प्रधान वृत्तियों के अनुसार निद्रा मे दृश्य देखता है, जिन्हे स्वप्न कहा जाता है। पित्तप्रधान व्यक्ति

को स्वप्नों मे अग्नि और प्रकाश से सम्बन्धित दृश्य दिखाई देते हैं। वातप्रधान व्यक्ति को प्रायः आकाशगमन सम्बन्धी दृश्य दिखाई देते है। कफप्रधान व्यक्ति स्वप्नों में प्रायः जल तथा जलाशयों के दृश्य देखते है।"

सपनों द्वारा आत्मसाक्षात्कार सम्भव

'योगसूत्र' मे यह भी बताया गया है कि स्वप्न को साधन बना कर मनुष्य किस प्रकार उस के द्वारा स्वप्न, जागरण और सुषुप्ति से परे की तुरीयावस्था को प्राप्त कर सकता है। यह भी बताया गया है कि स्वप्नावस्था को अधिकृत कर के उसे समाधि का रूप दिया जा सकता है, और इस समाधि से आत्मसाक्षात्कार सम्भव है।

इसके लिए पहले अपने संकल्प-बल से स्वप्न को स्वप्नमात्र मे देखने का प्रयास करना पड़ता है। स्वप्नावस्था मे देह और मन अचेत हो जाते है। इसलिए, स्वप्नावस्था मे वस्तुएँ अपने वास्तविक रूप मे दिखाई नहीं पडती। किन्तु, जब कोई अपनी इच्छा और संकल्प-शक्ति से मन और देह को अचेत कर स्वप्न देखता है तो स्वप्नों मे दिखाई देने वाले दृश्य यथार्थ होते हैं—भूत, भविष्य और वर्तमान के वास्तविक दृश्यों से युक्त। स्वप्नों मे अतृप्त वासनाओं एवं कर्मो का भी निष्कर्म होता है।

यदि स्वप्न को स्वप्नमात्र के रूप मे देखने का प्रयास किया जाये, अर्थात् स्वप्न देखने वाले को यह अनुभूति रहे कि वह स्वप्न ही देख रहा है, कोई वास्तविक दृश्य नही, तो स्वप्नों मे उसे न सुख की अनुभूति होगी, न दुःख की। इस प्रकार उसे आत्म-साक्षात्कार तो होगा ही, अपरिग्रह भी सिद्ध हो जायेगा, कारण उसे विश्व की परिवर्तनशीलता का पता चल जायेगा।

इस सिद्धि का फल 'योगसूत्र' के अनुसार यह है—"अपरिग्रहस्थैर्ये जन्म-कथन्तासंबोधः।"

'योगसूत्र' के अनुसार, आवागमन के तथ्य से परिचित योगी स्वप्नवत् अस्थिर जगत् से छुटकारा पाने के लिए प्रयत्नपूर्वक जाग्रत् को भी स्वप्नवत् मान कर जीवन के दैहिक ओर मानसिक भोगों को समाप्त करते चलते है।

आजकल योगनिद्रा को बात करना पुराणपन्थ की बात समझी जाती है। पर यह एक रोचक तथ्य है कि आधुनिक विज्ञान और मनोविज्ञान ने योगनिद्रा के अस्तित्व और महत्त्व को स्वीकार कर लिया है। चेकोस्लोवाकिया और रूस के अनेक वैज्ञानिक अपनी प्रयोगशालाओं में अनेक वर्षों से यह जानने का प्रयत्न कर रहे है कि शीतसमाधि तथा अन्य यौगिक विधियों द्वारा किस प्रकार भारतीय योगी अपनी शारीरिक और मानसिक क्षमताओं का आश्चर्यजनक विकास कर लेते है।

इस सम्बन्ध मे श्री अरविन्द का यह कथन महत्त्वपूर्ण है. "हिन्दू धर्म या आधुनिक भौतिक विज्ञान दोनों मे से कोई भी इस सत्य पर सन्देह नही करता कि जब मन बिलकुल निष्क्रिय होता है तब समस्त चराचर-सृष्टि मे सक्रिय प्राकृतिक शक्तियाँ

मुक्त क्रीडाएँ करती है। मनुष्य की इच्छा से स्वतन्त्र क्रिया करने की शक्ति के अस्तित्व का पहला सच्चा प्रमाण भौतिक विज्ञान को सम्मोहन और योगनिद्रा मे प्राप्त हुआ है।

यूनानी दार्शनिक अरस्तू का भी विश्वास था कि "सर्वश्रेष्ठ मानव वही है जिस के सपनों के कार्य-कलाप दूसरे लोगों के जाग्रतावस्था के कार्य-कलाप के समान होते है।"

योगनिद्रा में सूक्ष्म लोकों के दर्शन

नीद एक भौतिक आवश्यकता है, और योगनिद्रा आध्यात्मिक। प्राचीन काल के भारतीय ऋषि जागृति और सुषुप्ति दोनो स्थितियों का पूरा तरह रस लेकर, एकान्त वन-विजनों मे प्रकृति के सूक्ष्म लोकों के प्रत्यक्ष दर्शन करते थे। पश्चिम की युवा पीढी आज 'एल० एस० डी०' तथा अन्य मादक दवाओं के सेवन से कृत्रिम नीद मे सोकर, सूक्ष्म लोकों और अलौकिक दृश्यो का अवलोकन करती है। आज भी तिब्बत के लामाओं का दावा है कि वे योगनिद्रा के सामर्थ्य से भूत और भविष्य को जान सकते तथा एक शरीर से दूसरे शरीर मे पहुँच सकते है।

यूँ तो ऐसे अनेक वैचित्र्यपूर्ण प्रसंग वर्षो से सामने आये है, पर उन के इस दावे के प्रत्यक्ष प्रमाण है—तीन आधुनिक ग्रन्थ, जो ऐसे व्यक्तियो द्वारा लिखे गये है जिन का योगनिद्रा अथवा किसी भी अगोचर शक्ति से कभी कोई सम्बन्ध नहीं रहा। पर जिन के प्रामाणिक वर्णन उन के द्वारा अचेतनावस्था मे अगोचर लोकों के प्रत्यक्ष दर्शन की साक्षी देते है। ये वर्णन निरे काल्पनिक या आनुमानिक नही है, वरन् उतने ही ठोस सत्य है जितना 'पैरा-साइकालोजी' (परा-मनोविज्ञान) की अलौकिक मानो जाने वाली उपलब्धियाँ, जिन के बारे मे विश्व भर में वैज्ञानिक प्रयोग हो रहे है।

उपरोक्त ग्रन्थ है—टी० लोबसंग रम्पा कृत 'थर्ड आई', सुग्र-अत्र ज़होर कृत 'मगोलिया की मरुभूमि को आध्यात्मिक यात्रा' और चोन-स्थित डेनियल वारे नामक इटलीवासो कृत 'द मेकर ऑफ हैवनली ट्राइजर्स'।

आगे प्रस्तुत है—इन तीनो ग्रन्थों मे वर्णित, अगोचर शक्तियों और सृष्टियों के प्रत्यक्ष सम्पर्क का संक्षिप्त विवरण, जो इन तीनों लेखको ने अचेतावस्था मे योगनिद्रा मे किया।

'थर्ड आई' के लेखक एक ऐसे अँगरेज थे, जो कतई पढ़े-लिखे नही थे, और न ही उन्होंने कभो तिब्बत की यात्रा की थी। फिर भी उन्होने तिब्बत के आध्यात्मिक जीवन का वर्णन जिस बारीकी से किया है, वह सौ फ़ीसदी सच है। लेखक महोदय का कहना था कि वे वास्तव मे एक तिब्बती लामा है, और सूक्ष्म आत्मशक्ति द्वारा, मात्र इस ग्रन्थ के प्रणयन के लिए, उन्होंने अपना चोला त्याग कर एक अँगरेज का चोला ग्रहण किया है, और इस नये जीवन का अनुभव करने के बाद वे पुन: लामा बन जायेंगे। (यह प्रसग आद्य शंकराचार्य की याद दिलाता है, जिन के बारे मे कहा जाता है कि उन्होने राजा अमरूक के शव मे प्रवेश करके राजसी भोग भोगे।)

इस पुस्तक में वर्णित घटनाओं ने दुनिया के लाखों पाठकों को विस्मय-विमुग्ध किया है, पर स्वप्न-विज्ञान पर शोध करने वाले एक आधुनिक वैज्ञानिक का अन्तर्मन के इस प्रकार के विस्मयों के विषय में कहना है कि "हम जाग्रतावस्था में जिन बातों के उचित रहस्यों को न समझ पाने के कारण विस्मय अनुभव करते हैं. स्वप्नावस्था में, जब समस्त इन्द्रियों के साथ शरीर पूर्ण विश्राम करता है, जाग्रत मन स्थूल शरीर से निकल कर, सूक्ष्म लोकों में भ्रमण कर, उन्हीं विस्मयों को साधारण दृश्यों की भाँति देखता है। इन दृश्यों का जो प्रतिबिम्ब हमारे मन पर पड़ता है, उन्हे ही अलौकिक स्वप्न कहा जाता है। साधारण व्यक्ति ऐसे अलौकिक स्वप्नों को जाग्रत होने पर स्मरण नही रख पाता, और ऐसे दृश्यों के बारे में जान कर विस्मय अनुभव करता है।"

बन्धनमुक्त स्वप्नों में आत्मा का परलोक-विचरण

'थर्ड आई' के लेखक ने जिस स्थिति मे सूक्ष्म लोकों से सम्पर्क स्थापित किया, उस के सम्बन्ध मे उन का कहना है : "हम लामाओं की मान्यता है कि स्वप्न मे अथवा सिद्धि-बल से शरीर को त्याग कर आत्मा के विचरण करते समय शरीर और आत्मा का सम्पर्क जीवन-डोरी से ही स्थापित रहता है। इस डोरी के टूटने को ही हम मृत्यु मानते हैं। इस डोरी का इच्छानुसार संचालन करने की शक्ति केवल सिद्धो में ही होती है—पर लाखों, करोड़ों मे से कोई एक ही कठिन साधना करके सिद्ध बन पाता है।" उन की कहानी इस प्रकार आरम्भ होती है :

"अपने घर से विदा लेकर जब मै तिब्बत के चकपोरी मठ मे आया, तो मुझे यह ज्ञात था कि मेरे हाथों कुछ असाधारण कार्य सम्पन्न होने वाले है। पर, यह कार्य तभी सम्पन्न हो सकते थे जब ओषधियों और अग्निशिखा से पवित्र की हुई काष्ठ-शलाका से मेरे मस्तिष्क की शल्यक्रिया द्वारा मेरा तीसरा नेत्र खुल जाये, और मैं योगनिद्रा की सहायता से आत्मिक और सांस्कृतिक गहराइयों मे जाने का अवकाश पा सकूँ।

"जैसे ही काष्ठशलाका मेरे मस्तिष्क के एक भाग में प्रविष्ट हुई, मेरे नेत्रों ने एक विचित्र ज्योति का अनुभव किया—ऐसी ज्योति, जिस का साक्षी अन्तर्मन ही हो सकता है, बाह्य मन कभी नही। मेरे सामने के दृश्य सर्वथा नये रूप में प्रकट होने लगे, और अब मैं लोगों को उन के वास्तविक स्वरूप में देख सकता था। मेरी सिद्धि का यह स्वरूप यद्यपि मुझे अत्यन्त कौतुकपूर्ण लग रहा था, पर मुझे अभ्यास कराया गया कि मै इसे कौतुक न मान कर आत्मोन्नति और दुखी जनों की सेवा का साधन मान कर ही आगे बढ़ूँ।

"इस के पश्चात् आरम्भ हुई, एक लम्बी और दुरूह यात्रा, ऐसे देशों और लोकों की, जिन के नाम भी मैंने कभी नहीं सुने थे। शरीर के सब बन्धनों से मुक्त होकर, मैंने विचारों की गति से यत्र-तत्र-सर्वत्र भ्रमण किया। वास्तव मे हमारा

शरीर ही काल और स्थान से बँधा है, आत्मा इन दोनों बन्धनों से सर्वथा मुक्त है। स्वप्न में भी ये बन्धन नहीं रहते, और मुक्त आत्मा भूत, वर्तमान और भविष्य तथा लोक-परलोक मे विचरण करती है। स्वप्न मे त्रिकाल भी वर्तमान क्षण के समान हो जाता है।"

योग-निद्रा में मृत्यु से साक्षात्कार

"और, एक दिन दलाई लामा ने मुझ से कहा: 'अब तुम्हें मृत्यु से साक्षात्कार करना होगा।'

"मृत्यु की प्रतीक्षा करता हुआ मैं एक ध्यानस्थ लामा के सामने सारी रात बैठा रहा। रात भर कुछ न हुआ, पर प्रातःकाल होते ही देखा, शरीर छोड़ कर उन की आत्मा न जाने कहाँ लोप हो गयी। उन के शिष्यों ने उन के शव पर सोने के वर्क़ चढ़ा कर, एक स्वर्ण-शरीर का निर्माण किया। मूर्च्छना के एक मुहूर्त में मैने इस स्वर्ण-शरीर को अन्य स्वर्ण-शरीरों के साथ देखा, और मुझे एक विचित्र अनुभूति हुई। लगा, मैं परलोक में हूँ और एक प्रतिमा मुझे अपनी ओर खीच रही है। तभी सुनाई पड़े एक लामा के ये शब्द, 'यह तुम्हारे पूर्वजन्म का शरीर है।'

"पर अभी मुझे स्वयं मृत्यु-द्वार से गुज़रना बाक़ी था। एक दिन, तीन लामा मुझे एक पर्वत-गर्भ मे ले गये। वहाँ एक लामा ने एक स्वर्ण-यष्ठिका मेरे हाथ मे पकड़ा कर मुझ से कहा: 'इसे पकड़ लो। तुम्हारे सब भय और कष्ट दूर हो जायेंगे।' यष्ठिका हाथ मे लेते ही सचमुच मुझे लगा कि मैं किसी ऐसे लोक मे हूँ जहाँ न कोई भय है, न कोई कष्ट।

"लामाओं के आदेशानुसार अब मैं एक शिला पर ध्यानस्थ होकर बैठ गया। क्रमशः काल और स्थान की मेरी अनुभूति लुप्त होने लगी। मानो अधर मे स्थिर होकर, मैं अनेक युगों, अनेक सृष्टियों मे से होकर गुज़रा। अपनी पृथ्वी को सूर्य के चारों ओर परिक्रमा करते, सागर मे डूबते-उतराते और अन्य तारों से क़रीब-क़रीब टकराते देखा। भूकम्प देखे, जल-प्रलय देखे, अनगिनत तारा-पुंज देखे।

"और सहसा यह सब समाप्त हो गया, और मैंने स्वयं को निष्प्राण-सा शिला पर लेटे पाया। बाह्य मन निष्क्रिय एवं सुषुप्त था, और एक नवीन अनुभूति—कि यह तो भविष्य का प्रारम्भ है, और अनेक जीवन मुझे आमन्त्रित कर रहे हैं—ही सचेतन बन स्वप्न में जागृति की विचित्र भावना प्रेरित कर रही थी।

"मैं एक तिब्बती लामा हूँ, और अपने उस शरीर में नहीं हूँ, जिस की कहानी मैंने कही है। मैंने एक अँगरेज़ के शरीर मे प्रवेश कर लिया है, और मेरी आवश्यकता को देखते हुए इस शरीर को धारण करने वाले ने कहीं अन्यत्र जा कर मुझे यहाँ स्थान दे दिया है।"

और, अब सुनिए योगनिद्रा द्वारा मृत्युदेश तथा अनन्त-अगणित ग्रह-नक्षत्रों के 'दर्शन' करने वाले मिस्री योगी सुग्र-अल-जहीर का साक्ष्य, जो उन्होंने 'मंगोलिया की मरुभूमि की आध्यात्मिक-यात्रा' नामक पुस्तक में प्रस्तुत किया है :

"यह घटना आज से तेरह साल पुरानी है। जब यह घटना घटी, तब मैं सचेतावस्था मे था या अचेतावस्था मे, कहना कठिन है। कारण चार दिन तक मैं शव के समान ही बिस्तर पर पड़ा रहा था। नब्ज बन्द, दिल की धड़कन बन्द। फिर भी इस योगनिद्रा के दौरान, जिस से मेरी माँ परिचित थी, और जिस ने इस अवधि में किसी को मेरा स्पर्श नही करने दिया था, मेरे शरीर के किसी भाग मे कोई विकृति नही आने पायी।

"याद आता है कि पाँच लामा पथ-प्रदर्शको के साथ मैं एक घने वन में चुप-चाप जा रहा था। आधा घंटे की यात्रा के पश्चात् एक वृक्षहीन स्थान पर आ कर हम सब रुके। लामा प्रमुख ने कहा : 'आओ, इस शिला की छाया में बैठ कर और पास के कुंड के मीठे जल को पी कर अपनी थकान मिटा लें।' कुछ क्षण बाद, संगमरमर से भी ज्यादा सफेद एक पत्थर को उठा कर उन्होंने कहा : 'इस पत्थर के भीतर की परछाईं मे तुम अपने पूर्व जन्मो और भूतकाल की घटनाएँ देख सकते हो। आओ, एक-एक कर के देखो।'

"उस पत्थर को अपने हाथ मे लेते ही, मैं ने आश्चर्यचकित हो कर देखा कि मैं मंगोलिया मे नही, मिस्र मे नील नदी के किनारे स्थित अपने घर मे हूँ। सामने मेरी माँ भी है, और पत्नी भी। चार साल पहले के एक दिन का एक-एक क्षण चलचित्र की भाँति मेरी आँखों के सामने बीतने लगा।....फिर मैंने देखा कि किस प्रकार विवाह हो जाने पर भी मैं घर के मोहजाल मे बँध कर नही रहना चाहता था। न जाने कितने जन्मों के सपनों के षड्यन्त्रों का तूफान मेरे जीवन-रूपी तिनके को इधर-उधर उड़ाता रहता था।

"उस पत्थर मे अपने अतीत के दर्शन कर मुझे लगा कि स्वप्न मे भ्रम-विमोहित होकर व्यक्ति अछोर काल के किसी भी पट-खंड का अवलोकन कर सकता है। और अपने किसी भी पूर्वजन्म की किसी भी घटना को घटित होते देख सकता है। इतना ही नही, मैं इस अवस्था मे अपने अन्तरस्थ विचारों की गूँज-अनुगूँज भी सुन रहा था। मै ने अपने चौथे जन्म के बासठवें वर्ष मे स्वयं को देखा, जब मै काली-काली आँखो वाला एक साधु था, और मेरा मठ मंगोलिया के इसी भाग में था। मै ने यह भी देखा कि किस प्रकार काम के वश हो कर मै योगभ्रष्ट हुआ था और किस प्रकार अनेकानेक रोगो से पाड़ित हो कर मै ने अपना उस जन्म का शरीर छोड़ा था।

"सहसा उस पत्थर के हटते ही मैं ने पाया कि मैं अभी-अभी किसी सपने से

जागा हूँ। सपने के अन्दर एक सपना। मैं पहले से कहीं अधिक हल्का अनुभव कर रहा था।"

"अब मैं स्वप्नावस्था में ही अपने साथियों के साथ आगे बढ रहा था। सहसा निविड़ अन्धकार को चीरती हुई एक तेजस्वी मानस-आकृति के दर्शन हुए, जो मृदु-गम्भीर वाणी में हम सब से कह रही थी : 'आओ, आत्मा के लोक की ओर चलें, जो सारी भौतिक-आधिभौतिक साधनाओं का सिद्धि-केन्द्र है'।"

"जब यह स्नेहयुक्त वाणी अपना सन्देश दे कर शून्य में डूब गयी तब हम ने अपने चारो ओर के अन्धकार को क्रमशः छँटते देखा। कुछ समय पश्चात् हम ने अपने को एक नदी-तट पर पाया। एक क्षण भी न बीता होगा कि हम ने एक नाव को अपनी ओर आते देखा। लामा-प्रमुख ने हमें बताया कि यह नदी काल-नदी थी, और उसे पार करते ही हम काल की पकड़ से बाहर चले जायेंगे।"

"पर, इस काल-नदी को हम आसानी से पार न कर पाये। कुछ समय पश्चात् हमारी नाव एक तेज भँवर के पास आ कर रुक गयी। हम सब घबरा गये, पर लामा-प्रमुख ने नाव रुकवा कर कहा : 'चिन्तित न हो। अपनी निगाह इस भँवर पर स्थिर रखो'। हम ने उन के इस आदेश का पालन किया, यद्यपि उस भँवर पर दृष्टि स्थिर रखना आसान न था।"

"कुछ क्षण बाद भँवर के जल की गति अपेक्षाकृत धीमी पड़ गयी, और हम ने महान् आश्चर्य के साथ सारे ब्रह्माण्ड को उस भँवर में चक्कर लगाते पाया। यह एक अद्‌भुत और असाधारण दृश्य था!"

"और कुछ क्षण बाद, हम ने एक और विचित्र दृश्य देखा। अचानक सब गतियाँ, सब ध्वनियाँ शान्त हो गयीं, और हमारी नाव बड़ी तेजी से ऊपर उठ कर उस भँवर में डूब गयी। हम सब लोग स्तब्ध से बैठे थे।"

"जब, अन्त में, हमारी नाव एक अज्ञात किनारे लगी तब लामा-प्रमुख ने कहा : 'काल-नदी में स्नान करने के बाद अब तुम सब को दिव्यानुभूति प्राप्त हो गयी है। आओ, अब मृत्यु-लोक के दर्शन भी कर लो'।"

"उन के ऐसा कहते ही, हम ने अपने सामने एक प्रवेश-द्वार खुलते पाया। यह द्वार क्षितिजों को छू रहा था। द्वार खुलने पर हम ने देखा कि एक अत्यन्त विशाल चिता अभी-अभी जल कर बुझ चुकी है, और चारों ओर अगणित शव अधजले पड़े हैं। सारा वातावरण रोने और विलाप करने की आवाजों से गूँज रहा था।"

"और, जब हम इस मृत्युलोक का पूरा अवलोकन कर चुके तो हम ने एक अन्य अविश्वसनीय दृश्य देखा। बंजर मृत्युलोक जीवनमय हो गया, और चारों ओर जीवन की हलचल दिखाई देने लगी। मानो, मृत्यु ने जीवन को जन्म दिया हो।"

"इस दृश्य से हम अभिभूत हुए ही थे कि कुछ समय बाद हम ने अपने को उसी

स्थान पर पाया, जहाँ हम ने पत्थर में पूर्वजन्म की परछाइयाँ देखी थी।""और उस के बाद मेरी योगनिद्रा भंग हो गयी।"

रूस की जनक्रान्ति के दिनों मे डेनियल वेयर नाम के लेखक चीन मे रहते थे। चीन मे बिताये वर्षों का वर्णन उन्होने अपनी रोचक पुस्तक 'द मेकर ऑफ हैविनली ट्राउजर्स' मे किया है। इस पुस्तक के एक प्रसंग मे उन्होंने तिब्बत के एक लामा की सच्ची और आँखो देखी कहानी कही है, जो लोगों को योगनिद्रा मे सुला कर, सम्मोहन द्वारा उन्हे मनचाहे स्वप्न दिखा सकता था। लामा का कहना था कि "ऐसी स्थितियो में सम्मोहित व्यक्ति की विचार-आत्मा अपना शरीर छोड़ कर दूसरे शरीरों मे प्रवेश करती है।"

प्रेरित और सम्प्रेषित स्वप्न

लामा ने मनचाहे स्वप्न दिखाने के ये प्रयोग वेयर की उपस्थिति में पॉल नामक एक युवक पर किये थे जो क्षय से पीड़ित होने के कारण मरणोन्मुख था। वह क्यू-नियांग नाम की चीनी युवती से प्रेम करता था। क्यूनियांग भी पॉल के क्षय रोग के बावजूद उसे चाहती थी।

ये प्रयोग लामा ने एक बौद्ध मन्दिर मे किये। वह पहले अफ़ीम की धूनी की मदद से पॉल को सुला देता था, और फिर कुछ धार्मिक विधि सम्पन्न करके उसे वांछित स्वप्न-जगत् मे ले आता था। ये विधियाँ वेयर की समझ में न आती थी। वह पॉल के अवचेतन को जो भी विचार प्रेषित करता था, वे मौखिक नहीं होते थे। इस के लिए वह कौन-सा तरीक़ा अपनाता था, वेयर अन्त तक न जान पाये।

सबसे पहला स्वप्न देखने के बाद, पॉल ने क्यूनियांग से कहा: "मैं तो समझता था कि लामा सपने मे मुझे चीन या मंगोलिया की सैर करायेगा, पर मुझे यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि मै सपने मे तुम्हारे साथ रूस के सेन्ट पीटर्सबर्ग नामक नगर के एक महल मे था। सपने मे मै ने आगे देखा कि तुम एक बडे दर्पण के सामने खड़ी हुई हो, और दो दासियाँ तुम्हें रत्नजड़ित आभूषण पहना रही हैं। हम दोनों एक हीरे के बारे में बहस कर रहे हैं कि तुम्हें उसे पहनना चाहिए या नहीं। हीरे का नाम बड़ा अजीब था – "क्रॉस ऑफ एलैग्जैण्डर।" और सब से अजीब बात तो यह है कि मैं, जो कभी सेंट पीट्र्सबर्ग नही गया, और रूसी राजमहलों के तौर-तरीक़े से परिचित नहीं, सपने मे सब काम ऐसे कर रहा था, जैसे हमेशा से वही रहता आया हूँ। हम दोनों बात भी रूसी भाषा मे ही कर रहे थे। स्वप्न मे दो ही बातें सच्ची और वास्तविक लगती थी। पहली - मै तुम्हारी देर से तैयार होने की आदत पर जल-भुन रहा हूँ, जैसा कि करता ही हूँ, और दूसरा—मैं तुम्हे सपने में भी उतना ही प्यार कर रहा था, जैसा जागते समय करता हूँ।"

उस ने सब से कहा कि लामा ने उसे ये सपने दे कर उसे एक नया जीवन प्रदान

किया है। वह कहता था कि उस जैसे रुग्ण व्यक्ति के लिए स्वप्नों की प्रेमिका वास्तविक प्रेमिका से कहीं बेहतर है।

स्वप्न-जीवन, एक दोहरा जीवन

और क्यूनियांग कहती कि यदि पॉल मुझ से स्वप्न मे प्रेम कर के ही प्रसन्न हो सकता है, तो ठीक है।

लामा द्वारा दिलाये गये स्वप्न क्रमश: पॉल के लिए एक समानान्तर जीवन या कृत्रिम स्वर्ग के समान हो चले। आरम्भ मे ये स्वप्न सुखदायक ही होते थे, पर बाद में कभी-कभी उसे इन स्वप्नो में वास्तविक जीवन के कष्टों से भी अधिक दारुण यन्त्रणा पहुँचने लगी। उदाहरणार्थ, एक कष्टदायक स्वप्न में उस ने देखा कि वह एक रेगिस्तान मे है, और उसे अपने दो 'बच्चों' को पालना अत्यन्त कठित प्रतीत हो रहा है। वह हमेशा भूखा और थका हुआ रहता है। इसी बीच एक ऊँट के काट लेने से वह 'महीनों' बीमार रहा। सब कुछ वास्तविक जीवन के समान ही भयावह और क्लेशकर था। लेकिन अधिकांश स्वप्न सेंट पीट्र्सबर्ग के राजसी जीवन से ही सम्बन्धित रहते थे, और इन स्वप्नों मे क्यूनियांग हमेशा उस के साथ प्रेमिका के रूप में उपस्थित रहती थी। इन स्वप्नों मे वह उस से सदा रूसी भाषा मे ही बात करता था, और सब से इस ढंग से पेश आता था, मानो उस का जन्म ही रूस के किसी उच्च और सम्भ्रान्त कुल मे हुआ हो।

पॉल ने एक बार वेयर से कहा : "जानता हूँ लामा द्वारा दिया गया यह स्वप्न-जीवन असली जीवन नही है। असली जीवन भगवान् ही दे सकते है। पर, यदि हम जीवन के पार देख सकें तो क्या हमें अपना असली जीवन भी स्वप्न-जीवन जैसा नही लगेगा? जब जाग जाता हूँ तो अपना स्वप्न-जीवन मुझे एक चलचित्र के समान लगता है।"

वेयर ने पूछा : "क्या तुम अपने स्वप्न-जीवन से सन्तुष्ट हो?"

पॉल ने उत्तर दिया : "क्या कोई कभी भी जीवन से सन्तुष्ट होता है, भले ही वह वास्तविक हो या स्वप्नों का? कभी-कभी तो मैं अपने स्वप्न जीवन में अधिक सन्तुष्ट रहता हूँ।"

यह सिलसिला कुछ वर्षो तक चला और इस के बाद पॉल की मृत्यु हो गयी। और तब एक दिन सहसा वेयर को ज्ञात हुआ, इस अद्भुत घटना का एक और रहस्यमय पहलू।

कई वर्ष बाद उन की भेंट एक धनी रूसी महिला से हुई, जिस ने बातों-बातों मे सेंट पीट्र्सबर्ग का उल्लेख करके कहा कि वह वहाँ की रहने वाली है। जब वेयर ने उन्हें पॉल के सपने की घटना सुनायी तो वे आश्चर्य से बोली—"मगर क्रॉस ऑफ एलैग्जैण्डर" हीरा तो मेरे पास है, और आप ने पॉल के सपने के जिस महल का ज़िक्र

किया है, वह तो मेरा ही महल प्रतीत होता है। आश्चर्य तो यह है कि जिस समय पॉल ने अपनी प्रेमिका को यह हीरा धारण करते हुए सपने मे देखा था, ठीक उसी समय—इस बारे मे मुझे कोई सन्देह नहीं है—मैं अपने प्रेमी रास्पुटिन के साथ थी, जो पॉल की भाँति मेरे ठीक समय पर तैयार न होने पर जल-भुन रहा था।"

तो क्या सचमुच लामा सपने मे इतिहास-प्रसिद्ध रास्पुटिन की विचार-आत्मा को हजारों मील दूर बैठे पॉल के शरीर मे प्रविष्ट कराने मे सफल हो गये थे ? रास्पुटिन उन दिनों अपनी राजनैतिक शक्ति के चरमोत्कर्ष मे था, और सैकड़ों महिलाओं का प्रेमी था।

वेयर ने ये घटनाएँ जैसी देखी-सुनी, ठीक वैसी ही लिख दी। अन्त में उन्होंने कहा है, "मैं उस रहस्यमयी शक्ति को नहीं समझ पाया हूँ, जो इन घटनाओं के पीछे काम कर रही थी।"

और आदमी अभी तक अन्तिम रूप से यह भी नहीं जान पाया है कि वह कौन सी रहस्यमयी शक्ति है जिस के प्रभाव से सपने कभी-कभी अचूक रूप से भविष्यवाणी कर सकते है ?

भविष्यवाणी करने वाले ऐतिहासिक सपने

पुराणों में कहा गया है कि रात्रि के प्रथम प्रहर में दीखे सपनों का परिणाम एक वर्ष के अन्दर प्राप्त हो जाता है, दूसरे प्रहर मे दीखे सपनो का छह महीने में, तीसरे प्रहर में दीखे सपनों का तीन महीने में और चौथे प्रहर में दीखे सपनो का पन्द्रह दिन के अन्दर। जो स्वप्न भोर की वेला में दिखाई देते है उन का परिणाम १० दिन के अन्दर ही देखने को मिल जाता है।

श्रीहर्ष ने अपने अमर काव्य नैषध में कहा है कि नियति ही हमें सपनों में अदृष्ट के दर्शन कराती है। दार्शनिक माधवाचार्य के अनुसार 'स्वप्न सत्य ही होते है, कारण उन मे मानस अथवा परमेश्वर को इच्छाएँ व्यक्त होती है।' (माधव-भाष्य) माधवाचार्य के समान श्री शंकर भी कहते है, 'यद्यपि स्वप्न-जगत् भी पार्थिव-जगत् की भाँति ही मायावी है, तथापि कुछ स्वप्न भविष्य-सूचक और औचित्यपूर्ण होते है।' (वेदान्त-सूत्र) यही मत विज्ञान भिक्षु द्वारा भी प्रतिपादित हुआ है, 'यह तथ्य शास्त्र-सम्मत है कि स्वप्न भावी घटनाओं का संकेत करते हैं।' आयुर्वेद में कहा गया है कि यदि व्यक्ति सब प्रकार के तामसिक और राजसिक रोगों से मुक्त हो तो उस के स्वप्न सच्चे होंगे।

श्रीभाष्य में श्रीरामानुज ने कहा है कि "स्वप्नों में कभी-कभी भविष्य में होने वाली शुभाशुभ घटनाएँ दिखाई पड़ती हैं।"

बौद्ध ग्रन्थों मे भी आगे चल कर सच्चे निकलने वाले स्वप्नों का उल्लेख है।

'हर्ष चरित्र' में प्रभाकरवर्धन के उस स्वप्न का वर्णन है जो उन्हे भोर से

पूर्व दिखाई दिया था। इस स्वप्न में उन्हें जो तीन शिशु दिखाई दिये थे वे बाद में उन के यहाँ जन्मे। रामायण के सुन्दरकाण्ड में त्रिजटा सीता को अपना एक स्वप्न सुना कर सान्त्वना प्रदान करती है। इस स्वप्न मे उस ने रावण को एक गधे पर बैठे दक्षिण की ओर जाते देखा था। बाद में, यही स्वप्न, दूसरे रूप में, सच्चा निकला।

इतिहास स्वप्नों को विस्मयजनक भविष्यवाणियाँ सुनाने वाली घटनाओं से भरा पड़ा है।

महाराष्ट्र के महान् सन्त तुकाराम के कुछ शत्रुओं ने उन का एक हस्तलिखित ग्रन्थ जिस में उन्होंने भगवान् बिठोवा की स्तुति में गीत लिखे थे, नदी में डुबा दिया था। तुकाराम इस प्रिय ग्रन्थ की हानि से काफ़ी चिन्तित थे। इस घटना के चौदहवें दिन उन्हें स्वप्न दिखा कि भगवान् बिठोवा उन्हें नदी किनारे जाने का आदेश दे रहे हैं। वे वहाँ गये तो उन्होंने अपने ग्रन्थ को नदी के तट पर तैरते पाया।

इसी प्रकार भगवान् रामचन्द्र ने अपने परम-भक्त तथा कर्नाटक-संगीत के पिता सन्त त्यागराज को, जिन्होंने उन की प्रशंसा मे २४,००० कीर्तन लिखे थे, स्वप्न में संकेत दिया था कि वह उस राममूर्ति को, जिसे उन के बड़े भाई ने चिढ कर कावेरी नदी मे फेंक दिया था, कावेरी के तट पर एक विशेष स्थान से पा सकते है। मूर्ति उसी स्थान पर मिली। सन्त त्यागराज को स्वप्न द्वारा अपनी मृत्यु का संकेत भी श्रीराम द्वारा, मृत्यु के दस दिन पहले मिल गया था।

एक कथा यह भी प्रचलित है कि एक बार एक संन्यासी त्यागराज के घर आया, और उन के कुछ कीर्तन-गीत सुन कर और अपनी एक गठरी छोड़ कर कावेरी मे स्नान करने चला गया। उस ने कहा था कि वह शीघ्र ही वापस लौट कर आयेगा, पर न आया। बाद मे सपने मे संन्यासी ने त्यागराज से कहा कि वह नारद थे, और उन के कीर्तनों की प्रशंसा सुन उन्हें सुनने आये थे। उन्होने यह भी कहा कि जो गठरी वह छोड़ कर आये है, इन मे 'नारदीयम्' और 'स्वरार्णव' नामक दो संगीत-विषयक ग्रन्थ है। त्यागराज को गठरी में ये दोनों ग्रन्थ सचमुच मिले। उन मे वर्णित कीर्तनों से उन्हे नयी-नयी रचनाएँ लिखने की प्रेरणा मिली।

देवी भवानी के भक्त शिवाजी को एक रात स्वप्न दिखाई दिया कि यदि वह अमुक स्थान को खोदें, तो उन्हें वहाँ गड़ा हुआ खज़ाना मिलेगा। सचमुच, उन्हें उसी स्थान पर वह खज़ाना मिला।

आन्ध्र प्रदेश के राजा विक्रमदेव को एक अवसर पर दिन मे सोते समय एक वन में, लगातार दो बार यह सपना दिखाई दिया कि वहाँ कुछ हिन्दू कीर्तन कर रहे है। इस सपने का स्पष्ट अर्थ उन की समझ मे रात को आया जब उन्होंने भगवान् विष्णु को सपने मे यह कहते पाया कि वे रायली गाँव में स्थायी रूप से रहने के लिए उत्सुक है। भगवान् ने राजा को आदेश दिया कि वह लकड़ी का एक रथ बनवा कर स्वयं उसे खीचे और कहा कि जिस स्थान पर रथ की कीलें रथ से अलग हो कर

पृथ्वी पर गिरेंगी, उसी स्थान पर खुदाई करने पर एक मूर्ति मिलेगी, जिस का मन्दिर राजा को बनवाना होगा।

राजा विक्रमदेव ने वैसा ही किया, जैसा कि उन्हें स्वप्न में करने को कहा गया था। आज जगन्मोहिनी-केशवस्वामी का यह प्रसिद्ध मन्दिर दूर-दूर के भक्तों को आकर्षित करता है। इस मूर्ति के सामने के भाग में विष्णु है और पीछे के भाग मे उन का जगन्मोहिनी वाला वह रूप, जो उन्होने देवताओं को अमृत देते समय धारण किया था।

विश्वविख्यात कोणार्क मन्दिर तथा मदुरै का विख्यात 'मीनाक्षी मन्दिर' की कल्पना के पीछे भी दैवी-स्वप्नों का ही हाथ बताया जाता है।

दार्शनिक इमर्सन भी मानते थे कि "सपनों मे कभी-कभी भविष्य का संकेत मिल जाता है, और कोई अज्ञात चेतना सपनों मे सांकेतिक रूप से भावी घटनाओं का पूर्वाभास दे देती है।"[१]

अरविन्द आश्रम की श्री माँ भी सपनों की भविष्यवाणी मे विश्वास करती है। अपने एक लेख मे उन्होंने कहा है—"पूर्वाभास देने वाले स्वप्न नाना प्रकार के होते है। इन में से कुछ तो ऐसे होते हैं, जो तुरन्त संसिद्ध हो जाते है, अर्थात् रात मे वही स्वप्न आता है, जो दूसरे दिन घटित होने वाला होता है। फिर भी कुछ ऐसे स्वप्न होते है, जो अपनी संसिद्धि के लिए अधिक या कम समय लेते है। वे महज उस चीज के प्रतिबिम्ब या प्रक्षेप है, जो दूसरे दिन या कुछ घंटो बाद स्थूल जगत् में घटित होगा। वहाँ तुम समस्त ब्यौरे के साथ ठीक-ठीक वस्तु को देखते हो, क्योंकि वह वहाँ विद्यमान है।"[२]

फ्रॉयड ने अपने स्वप्न-विवेचनों में विपर्ययशील परिणामों का उल्लेख किया है। हमारे कुछ धार्मिक ग्रन्थों मे भी स्वप्नों को 'विपरीत स्मृति' माना गया है। बाइबिल में भी इसियाह के वर्णन में कहा गया है—"जब मूर्ख व्यक्ति को स्वप्न दीखता है, तो वह अपने को भोजन करता पाता है। पर, जागने पर वह पाता है कि उस की आत्मा भूखी ही है। प्यासे व्यक्ति को सपने में तृप्ति हो जाती है, और जागने पर वह अपने को दुर्बल और अपनी आत्मा को प्यासी पाता है।"[3]

जी० रसल 'स्वप्न दीप' नामक अपनी कृति में कहते हैं : "स्वप्नों में हमारी इस जन्म की स्मृतियाँ ही नया रूप नहीं धारण करतीं, पूर्वजन्म की स्मृतियाँ भी कभी-कभी उन मे प्रवेश कर जाती है।" अँगरेजी के प्रसिद्ध कवि वर्ड्सवर्थ ने कहा है—"काल के कम्पित, धुँधले प्रतिबिम्ब मे जो सौन्दर्य होता है, और जिस की झलक हमें सपनों में मिलती है, वही कविता का मुख्याधार होता है।"[४] अप्रतिम दार्शनिक और

१. Essays.
२. 'भारती'–९ फरवरी, १९६४.
३. Dreams in the Bible–Thomas Paine.
४. Poetry and Poets—by Anny Lowell (Houghton Mifflin Co.)

लेखक हेवलॉक एलिस भी कहते है : "स्वप्न हमें उस अलौकिक सौन्दर्य की झाँकी पा लेने देते है, जो हमारे जीवन के क्षेत्र से निश्चय ही बहुत दूर हैं।"[1]

प्राचीन यूनान मे यह मान्यता थी कि सपने रहस्यपूर्ण ढंग से भविष्यवाणी कर सकते हैं। सोफोक्लेस के नाटक में ऐसे अनेक सपनों का वर्णन है जो भविष्यवाणी करते हैं।[2] यूनान के विख्यात चिकित्सक हिपोक्रेटिस ने भी अपनी एक पुस्तक मे सपनों का सम्बन्ध कुछ रोगों से जोड़ा है। उन का कहना था कि जब कोई व्यक्ति स्वस्थ रहता है, तो सपने उस के पुराने अनुभव को बिलकुल सटीक रूप से ज्यों का त्यों दुहरा देते हैं।

हिपोक्रेटिस् से पूर्व यूनान के चिकित्सक रोगी को चिकित्सा के देवता Aesculapius (ऐसकुलापियस) के मन्दिर में भेज कर उस से देवताओं की पूजा कराते थे। बाद में वे उसे रात भर दुम्बे की खाल पर सोने देते थे। चिकित्सकों का विश्वास था कि इस निद्रा में उसे जो स्वप्न दिखाई देंगे, उन मे उसे अपनी चिकित्सा-पद्धति के बारे मे पता चल जायेगा। उन का विश्वास था कि प्रत्येक रोगी अपने रोग के सपने अवश्य देखता है, और उन सपनों की सही जानकारी रोगी से पाने पर वे उस के रोग का सही निदान कर सकते हैं। इस बारे में आधुनिक चिकित्सकों के मत आप आगे पढ़ेंगे।

यूनान के कुछ ग्रन्थों को पढ़ने से यह भी ज्ञात होता है कि वहाँ भी पहले सपनों को 'देवताओ द्वारा दी गयी प्रेरणा अथवा भविष्यवाणी' माना जाता था। अरस्तू ने पहली बार यह प्रमाणित करने का प्रयत्न किया कि सपनो मे ऐसी शक्ति नही है। भारत के चार्वाक-दर्शन के समर्थकों की भाँति उन की भी मान्यता थी कि 'स्वप्नावस्था के अनुभव भ्रममात्र है।' उन का कहना था कि शरीर मे प्रति दिन उत्पन्न होने वाले एक प्रकार के दोष से आदमी पहले की देखी हुई वस्तुओं को प्रत्यक्ष के समान देखने लगता है। उसे ही स्वप्नावस्था कहा जाता है। अतः स्वप्नावस्था जब कोई अवस्था है ही नही तब उस के आधार पर किसी वस्तु की कल्पना कैसे की जा सकती है? वैसे वे इतना अवश्य मानते थे कि स्वप्न शरीर में सूक्ष्म रूप से आरम्भ हुए रोगों को, जिन्हें हमारा मन समझ नहीं पाता, समझने की कुंजी प्रदान करते हैं।

अरस्तू और उन के समर्थक कुछ भी कहे, लाखों वर्षों से मानव ने सत्य के प्रबल प्रकाश मे यह देखा है कि स्वप्न अधिकाशतः प्रतीकवादी होते है, और यह भी कि स्वप्नो मे मानव की अवचेतना प्रतीकों द्वारा दबी हुई आकांक्षाओं को व्यक्त करती है। यह बात अलग है कि स्वप्न विज्ञान की इन प्रतीको को समझने की सब कोशिशें अभी तक सौ फ़ीसदी सफल नही हुई है। वैसे, जैसा कि हम पीछे कह आये है, स्वप्नों की व्याख्या करने का कार्य हज़ारो साल से होता चला आ रहा है।

---

१. The World of Dreams—Philosophical Library, New York.

२. The Dreams in Hower and Greek Tragedy—Columbia Univ. Press.

ब्रिटिश लाइब्रेरी मे प्राचीन मिस्र की एक पाण्डुलिपि सुरक्षित है, जिस में सैकड़ों स्वप्नों की व्याख्याएँ दी गयी है। इस पाण्डुलिपि का काल ईसा से ·२०० वर्ष पूर्व बताया जाता है।

एक रोमन सम्राट् ने एक ऐसे दरबारी की हत्या करवा दी थी, जो सपने में सम्राट् की हत्या करने को कोशिश कर रहा था। स्कोल्ज नामक स्वप्नशास्त्री के अनुसार उस का यह कृत्य अनुचित नही था, कारण "हमारी नग्न भावनाएँ ही सपनों में व्यक्त होती है। मै सपने में भी ऐसा करने की नही सोच सकता," वाला मुहावरा सचमुच अर्थबोधक है—दोहरे अर्थो मे अर्थवान्। हम पूरी तरह सच्चे ईमानदार सपनों मे ही होते है। सपनों मे ही हम अपना असली स्वरूप देख पाते है, वह रूप जो उस रूप से सर्वथा भिन्न होता है जो हम दुनिया के सामने पेश करते है।

टीपू सुल्तान के विस्मयजनक सपने

अपनी राजनीतिक शक्ति के चरमोत्कर्ष मे महत्त्वाकांक्षी टीपू सुल्तान भी जो सपने उसे दिखाई देते थे, उन्हे वह रोज एक रोजनामचे में लिखता जाता था। उस का यह रोजनामचा, जो १७८६-७ और १७९८-९९ के बीच देखे गये सपनो के आधार पर लिखा गया था, उस के अन्य गुप्त काग़ज-पत्रो के साथ कर्नल कर्कपैट्रिक को मिला था, जिन्होंने उस का अँगरेजी अनुवाद १८०० मे प्रकाशित करवाया। मूल रोजनामचा इण्डिया हाउस लाइब्रेरी मे सुरक्षित है।

टीपू के कुछ सपने तो सच निकले, पर कुछ को पढ़ कर स्वप्नों के प्रख्यात व्याख्याकार फ्रॉयड का यह कथन याद आ जाता है: "अनगढ़ व्यक्तियो के स्वप्नों मे अधिकांश आदिम प्रवृत्तियो की अभिव्यक्ति रहती है। वे आशामय होते है, और उन्हें आकस्मिक नही माना जा सकता।" अपनी जिन दबी हुई महत्त्वाकांक्षाओं को टीपू चेतनावस्था मे स्पष्ट रूप से नहीं समझ पाता होगा, उन्हे वह अपने सपनों मे सुस्पष्ट देख और समझ सकता था।

यह उल्लेखनीय है कि सिकन्दर और नेपोलियन के समान महान् विजेता बनने की महत्त्वाकांक्षा रखने वाले टीपू की सपनों मे भेंट मराठो, निज़ाम, यूरोपियनो से तो, जिन्हे उस ने हराया था, हुई पर मैसूर-महाराज से एक बार भी नहीं हुई, जिन से संघर्ष मे उसे मुँह की खानी पड़ी थी। आशामय सपनों मे अप्रिय बाते कम ही दिखाई पड़ती है।

रोज़नामचा के अनुसार एक रविवार को उस ने सपने मे देखा कि एक वृद्ध सज्जन हाथ मे काँच का एक ढेला ले कर उस के पास आये, और कहने लगे—"वह पहाड़ जहाँ ऐसे काँच की खदान है, सेलम के निकट स्थित है।" बाद मे, पता लगाने पर मालूम पड़ा कि सेलम के निकट स्थित एक पहाड़ मे सचमुच काँच की खदान थी।

टीपू अपने को सिकन्दर के समान ही महान् योद्धा और विजेता समझता था, यह बात उस के इन तीन सपनों से स्पष्ट हो जाती है।

साल शिता ८१२१ मुहम्मद (१२१८) में, जब वह फर्रूकी के इलाक़े से अपनी फ़ौज के साथ लौट रहा था, उसे मालूम पड़ा कि चीन के बादशाह के कुछ दूत उस से मिलने आये है। उन्होंने उसे एक सफ़ेद हाथी उपहार मे देते हुए कहा : "चीनियों ने सिकन्दर और हुजूरेआला के अलावा किसी को सफ़ेद हाथी भेंट में नही भेजा।" इसी बीच सवेरा हो गया, और उस की आँखें खुल गयी।

जर हिसाब के अनुसार बुस्साद के हैदरी महीने के २१वें दिन तुंगभद्रा के पार उस ने सपने मे देखा कि कयामत का दिन आ पहुँचा है। तभी एक हट्टे-कट्टे अरब ने टीपू का हाथ थाम कर पूछा : "जानते हो मैं कौन हूँ ?" टीपू के ना कहने पर उस अरब ने कहा : "मै मुर्तज़ा अली हूँ। अल्लाह के रसूल ने कहा है कि वे तुम्हारे बिना बहिश्त मे क़दम नहीं रखेंगे।"

रहमानी महीने के पचीसवें दिन, टीपू को सपना दिखाई पड़ा कि हजरत मुहम्मद ने उसे एक के बाद एक तीन पगड़ी देते हुए फ़रमाया : "इसे सर पर पहनो।" इस सपने का खुलासा उस ने यह किया कि अल्लाह और उन के पैगम्बर ने उसे सारी दुनिया की बादशाहत अता की है।

साल सुराग ७१२१ मुहम्मद (१२१७) के जलाकरी महीने के बीसवें दिन अल्लाह से यह दुआ माँगने के बाद कि पहाड़ी इलाकों के काफ़िरों से इस्लाम कबूल कराओ, उसे यह सपना दिखाई दिया कि रास्ते में आगे के पाँवों से चलने वाली शेरनुमा गाय अपने बछडे के साथ खड़ी है। और वह इस गाय और बछड़े को छोटे-छोटे टुकड़ों मे काटने का इरादा कर रहा है। सपना भंग हो जाने के कारण, यह इरादा पूरा नही हुआ। इस सपने का खुलासा उस ने इस प्रकार किया : "शेरनुमा गाय असल मे पहाड़ी इलाके के ईसाई हैं, जो खुद लड़ाई छेड़ेंगे, पर लड़ाई में आसानी से हार जायेंगे।"

३२२१ मुहम्मद (१२२३) के खुसरवी महीने के पहले दिन उस ने आर्काट के बेवफा मुहम्मद अली को मरते देखा। यह सपना सच निकला।

जुमादी महीने के तीसरे दिन उस ने सपने में देखा कि उस के सामने चाँदी की तीन तश्तरियों मे उस के बाग की ताजी और रसीली खजूरें रखी गयी है। जागने पर उस ने इस सपने की व्याख्या इस प्रकार की कि उस के तीन बेवफा सरदारो की सारी सम्पत्ति उसे मिल जायेगी। उस की यह व्याख्या सच निकली। उसी महीने के तीसरे दिन उसे समाचार मिला कि एक बेवफ़ा सरदार निज़ाम अली चल बसा है। उस का सारा मालमत्ता टीपू ने ही अपने क़ब्जे मे कर लिया।

एक प्रख्यात भविष्यसूचक सपना

सपने कभी-कभी भविष्य का आभास दे देते है, इस बात की पुष्टि मिस्र के इतिहास की ढाई हजार साल पुरानी निम्न घटना से की जाती है, जिस का हवाला स्वप्न-विशेषज्ञ अकसर देते है।

उन दिनों, मिस्र के शासक फैरोआ ने स्वप्न देखा कि नील नदी के अन्दर से सात स्वस्थ और सफ़ेद गायें बाहर आकर घास चरने लगी है। कुछ समय पश्चात् सात मरियल-सी और काले रंग की गायें बाहर निकली, और सातों सफेद गायों को मार कर खा गयी। फैरोआ की आँखें खुल गयी, पर इस दु:स्वप्न का अर्थ उस की समझ मे न आया।

अगले दिन, उस ने अपने दरबारियों से इस स्वप्न के अर्थ पूछे। पर, कोई भी दरबारी इस अद्‌भुत स्वप्न के अर्थ न बता पाया। फैरोआ ने घोषणा की कि जो व्यक्ति इस सपने के सही अर्थ बता देगा, उसे उचित पुरस्कार दिया जायेगा।

अन्त मे, फैरोआ को किसी ने सूचित किया कि एक यहूदी क़ैदी सपनों के अर्थ बताने मे अत्यन्त कुशल है। फैरोआ ने फ़ौरन उसे बुला भेजा। यहूदी क़ैदी ने सपने का पूरा विवरण सुन कर कहा : "इस सपने के अर्थ अत्यन्त सरल है। अगले सात वर्षों तक आप के देश-मिस्र-मे खुशहाली रहेगी। आप के सपने मे प्रकट होने वाली सात स्वस्थ और सफ़ेद गायें सात साल तक चलने वाली इस समृद्धता का ही प्रतीक थीं। इन सात सालों के बाद, आप के देश मे अकाल पड़ेगा। सपने मे आने वाली काली गाये उस अकाल की ही द्योतक थी।"

फैरोआ ने, अपने वादे के मुताबिक़, कैदी को मुक्ति दे दी, और फिर आदेश दिया कि समृद्धता के पहले सात वर्षों मे इतना अन्न संग्रह कर के रखा जाये जो अकाल के सात वर्षों मे अकाल-पीड़ित प्रजा के काम आ सके।

यहूदी की स्वप्न-व्याख्या सच निकली। पहले सात वर्षों मे मिस्र मे खूब अनाज पैदा हुआ, दूध-घी की नदियाँ बहती रहीं। पर, सात वर्ष बीत जाने के बाद, अकाल पड़ने लगा। तब समृद्धि के सात वर्षों मे जमा किया हुआ अन्न ही प्रजा के काम आया।

बाइबिल-स्वप्नकथाओ का भण्डार

बाइबिल (ओल्ड टेस्टामेन्ट) मे भी स्वीकार किया गया है कि स्वप्न सन्देश-वाहक होते है। बाइबिल मे, जो सपनों के वृत्तान्तों से भरी पड़ी है (और वृद्ध व्यक्ति सपने देखेंगे), स्वप्नों की व्याख्या करने वालों का उल्लेख अत्यन्त सम्मान और आदर से किया गया है। राजा नेबूसादुएज्जार (Nebuchaduezzar) की कहानी से पता चलता है कि वे अन्य बाइबिलकालीन राजाओं, सन्तों और महान् व्यक्तियों की भाँति सपनों में निहित साकेतिक भविष्यवाणियों मे विश्वास करते थे, और उन के पीछे कार्य कर रही प्रक्रिया को पूरी तरह न समझते हुए भी मानते थे कि उन मे देह, मन और

अन्तर-आत्मा के ऊर्ध्व स्तरों पर अबाध विचरने की शक्ति है। जोसेफ़ ने सपने मे सूर्य, चन्द्र और ग्यारह नक्षत्रों को अपने सामने झुकते हुए देखा था। ये थे क्रमशः उस के पिता, माता और ग्यारह भाई।

'न्यू टेस्टामेन्ट' में भी ऐसे अनेक उदाहरण पाये जाते हैं[1] जिन से उस काल के ईसाइयों की सुखदायक स्वप्नों-सम्बन्धी धारणा का पता चलता है। इस ग्रन्थ के प्रणेता सपनों को भविष्य मे होने वाले शुभ परिणामों का सूचक मानते थे। एक कथा के अनुसार एक देवदूत ने स्वप्न मे जोसेफ़ से कहा कि "मेरी का होने वाला पुत्र अपने लोगों की उन के पापों से रक्षा करेगा।" जब पूर्वीय देशों के तीन विद्वान् नवजात शिशु को देखने आये तो उन्हे स्वप्न में संकेत मिला कि उन्हे हैरोड से दूर रहना चाहिए। उन्होंने स्वप्न मे मिली इस सूचना के अनुसार अपने देश को वापस लौटने के लिए अन्य मार्ग अपनाया। ईश्वर ने जोसेफ़ को भी स्वप्न मे ही आदेश दिया कि वह शिशु और उस की माँ को लेकर मिस्र भाग जाये, ताकि हैरोड की कुटिल योजनाएँ सफल न हो पायें। बाइबिल के प्रत्यादेशों के रचयिताओं (Revelationists) के सारे 'दैवी सन्देश', सपनों में ही प्रकट हुए बताये जाते है।[2]

एक अन्य आधुनिक धर्म BAHA'I मे उस के अनुयायियों को यह सीख दी गयी है : "इस सत्य से अवगत हो कि ईश्वर के लोक अनगिनत है""सोते समय तुम स्वप्न-लोक मे पहुँच जाते हो, जो पृथ्वी-लोक से सर्वथा भिन्न है। इस लोक का न आदि है, न अन्त, और यह ईश्वर का एक विलक्षण लोक है। प्रत्यक्ष आन्तर ज्ञान के प्रकाश में ही सपनों की वाणी के रहस्य को समझा जा सकता है।"

सपने-मानवता की स्थिति के निर्णायक

विश्व-इतिहास की अनेक घटनाएँ इस बात की साक्षी है कि सपने मानवता की नियति के निर्णायक रहे है और कई बार उन्होंने इतिहास को एक नया मोड़ प्रदान किया है।

सपनों के सहारे जिन अनेक राजाओं को युद्ध मे विजय मिली, उन में से एक गिडियन भी थे, जो मिडियानित्स को जीतना चाहते थे। युद्ध से पहले उस के एक सैनिक ने सपना देखा कि एक रोटी ने शत्रुशिविर पर प्रहार कर उसे उलटा कर दिया है। इस सपने को सफलता का सूचक-चिह्न मान कर उस ने शत्रु पर आक्रमण किया और विजय प्राप्त की।

रोम के विजेता तथा रोमन-सम्प्रदाय में ईसाई-धर्म को प्रतिष्ठापित करने वाले कौन्सेन्टाइन महान् को इस कार्य की प्रेरणा सपने मे ही प्राप्त हुई थी। एक रात उस

---

१. Genesis, 37, 9.
२. Dreams in the Bible—Thomas Paine.
३. Acts, 2 : 17.

ने एक प्रदीप्त सलीब सपने में देखा। इस सलीब के नीचे तीव्र अक्षरों मे लिखा था : "इस की सहायता से विजय प्राप्त करो।" यह स्वप्न देखने के पूर्व उस की श्रद्धा ईसाई-धर्म में बिलकुल न थी, पर इस स्वप्न का उस पर इतना अधिक प्रभाव पडा कि वह शीघ्र ही ईसाई बन गया। इतना ही नहीं, उस ने यह भी बीडा उठाया कि वह रोम-सम्राट् को पराजित कर के, रोम-साम्राज्य मे ईसाई धर्म को अधिष्ठित करेगा। इतिहास साक्षी है कि उस ने अन्ततः ऐसा ही किया। उस के इस कार्य ने मानवता के इतिहास को एक महत्त्वपूर्ण मोड़ प्रदान किया।

क्लियोपेट्रा के प्रेमी सीजर को भी सपने में चेतावनी मिल चुकी थी कि अमुक दिन उस की हत्या की जायेगी। सपनों में सुनी गयी भविष्यवाणियों में गहरी श्रद्धा रखते हुए भी उस ने, न जाने क्यों, इस चेतावनी पर कोई ध्यान नही दिया, और ठीक उसी दिन उस की हत्या हो गयी। "उस ने चेतावनी सुनी, पर उस की अव-हेलना की, और उस की मृत्यु का उत्तरदायित्व स्वयं उस पर ही है।"

इसी प्रकार, हैनरी तृतीय ने भी सपने मे अपनी हत्या का पूर्वदर्शन कर लिया था।

अमरीका के राष्ट्रपति लिंकन ने भी, अपनी हत्या के कुछ दिन पहले, अपनी होने वाली हत्या की चेतावनी एक सपने में प्राप्त कर ली थी। उन की हत्या के बाद अमरीका की राजनीति मे एक नया मोड़ आया।

११ अप्रैल, १९६५ को, अपनी हत्या के तीन दिन पहले, उन्होंने राष्ट्रपति-भवन में अपने मित्रों को प्रीति-भोज दिया था। उन दिनों दक्षिणी अमरीका के कुछ विद्रोहियों ने लिंकन की नीग्रो-नीति के विरुद्ध संघर्ष छेड़ रखा था। लेकिन, यह प्रीति-भोज विद्रोही सेनापति जनरल ली के आत्मसमर्पण कर देने की खुशी में दिया गया था। राष्ट्रपति को इस आनन्द के अवसर पर भी उदास देख कर, उन की पत्नी ने नाराज़गी जाहिर की। तब, उन्होंने उपस्थित व्यक्तियों को अपने उस सपने के बारे मे बताया, जो उन्होंने क़रीब दस दिन पहले देखा था। उन्होंने कहा :

"उस रात मैं देर से सोने के लिए गया था। कारण यह था कि मुझे मोर्चे पर से आने वाले समाचारों की प्रतीक्षा थी। बिस्तर पर लेटे कुछ क्षण ही बीते होंगे कि मुझे नींद आ गयी, और सपने दिखाई देने लगे। एक सपने मे मैं ने देखा कि मेरे चारों ओर मौत की सी नीरवता छायी है। फिर मैं ने अनेक व्यक्तियों को सुबकते हुए सुना। अनेक सूने प्रकोष्ठ पार कर मैं एक कमरे में पहुँचा। वहाँ सुबकियाँ तो तेजी से सुनाई दी, पर विलाप करने वाले कहीं नजर नहीं आये। मैं ने फिर अन्य कमरे छान मारे। सुबकियाँ बराबर मेरा पीछा करती रही, पर कही किसी व्यक्ति का नामोनिशान न था। प्रकाशमान कमरों की सभी वस्तुओं से मेरा पूर्व-परिचय था, पर समझ में न आता था कि कौन, कहाँ और क्यों विलाप कर रहे हैं? मेरी हैरानी बढ़ती ही जा रही थी। मैं ने इस रहस्य के मूल तक पहुँचने का दृढ़ निश्चय कर

लिया । अन्त में, पूर्वीय कक्ष मे आ कर, मुझे एक स्तब्धकारी दृश्य दिखाई दिया । कक्ष के ठीक मध्य में एक शव-पेटी रखी थी, जिस की रक्षा उस के चारों ओर खड़े रक्षक कर रहे थे । बहुत से व्यक्ति, जिन का चेहरा ढँका था, करुण विलाप कर रहे थे । मै ने एक रक्षक से पूछा : "कौन मर गया है राष्ट्रपति-भवन मे ?" उस ने उत्तर दिया : "राष्ट्रपति नहीं रहे । किसी हत्यारे ने उनकी हत्या कर दी ।" उस के ऐसा कहते ही, विलाप करने वाले लोग जोर-ज़ोर से रोने लगे, और तभी मेरी आँख खुल गयी । इस के बाद मै सारी रात नहीं सो पाया । मै जानता हूँ कि मैं ने जो कुछ देखा था, वह महज एक सपना ही था, पर तब से मैं काफ़ी व्यग्र हूँ ।"

और चार दिन बाद, लिंकन का शव लगभग उसी प्रकार राष्ट्रपति-भवन मे रखा दिखाई दिया, जिस प्रकार उन्होने सपने मे देख कर अपने मित्रों को बताया था । स्वप्न और यथार्थ मे इतनी गहन समानता देख कर आज भी लोग और कुछ स्वप्न-शास्त्री आश्चर्य करते है ।

लेकिन, स्वप्नशास्त्री जुंग ने लिंकन के इस स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार की है : "यदि हम हत्या से पूर्व के लिंकन की मनोदशा का बारीकी से अध्ययन करें तो इस स्वप्न और संसिद्धि का रहस्य आसानी से हमारी समझ में आ सकता है । दुबारा राष्ट्रपति निर्वाचित होने पर, नीग्रो लोगो को गोरे लोगों के समान अधिकार दिलाने की उन की नीति के कारण, दक्षिणी अमरीका मे उन के शत्रुओं की संख्या काफी बढ गयी थी । इन मे से कुछ ऐसे थे जो लिंकन को मार ही डालना चाहते थे । राष्ट्रपति की हत्या के षड्यन्त्रो के समाचार प्रायः प्रतिदिन समाचारपत्रों में आते रहते थे । कुछ दु साहसी विरोधियों ने तो लिकन को पत्र लिख कर चेतावनी भी दे दी थी कि उन का अन्त समय निकट आ गया है । लिकन के मित्र, सहयोगी और शुभचिन्तक काफी चिन्तित रहने लगे थे । अन्दर ही अन्दर चिन्तित लिंकन भी थे, पर ऊपर से वे निश्चिन्त और प्रसन्न दिखाई देते थे, तथा अपनी हत्या की सब धमकियों को हँस कर टाल देते थे । लेकिन, उन के व्यग्र अन्तर्मन ने ही जैसे उस स्वप्न की सृष्टि कर, उन्हे चेतावनी दे दी थी कि हत्या से बचने के लिए सावधानी की आवश्यकता है ।"

स्वप्न और यथार्थ मे ऐसी ही विस्मयजनक समानता के दर्शन विश्व को इस घटना से करीब ५० वर्ष पूर्व घटी एक घटना के माध्यम से भी हुए थे ।

१८१२ मे ब्रिटेन के जॉन विलियम्स नामक व्यक्ति को लगातार कई रातों तक यह स्वप्न दिखाई दिया कि तत्कालीन वित्त-मन्त्री पर्सीवल की पार्लियामेंट मे हत्या की जा रही है । जब यह दुःस्वप्न उन्हे कई बार दिखाई दिया तो उन्होने याद कर के यह नोट कर लिया कि मृत पर्सीवल के सफेद वेस्टकोट पर उन्हें खून के धब्बे कहाँ दिखाई पडे, और उन के हत्यारो का हुलिया और पोशाक कैसी थी । उन्होंने इस स्वप्न की चर्चा जिस किसी से भी की, उस ने उन का मजाक ही उड़ाया । पर, ये ही लोग उस समय मूक-स्तब्ध रह गये जब कुछ समय पश्चात् पर्सीवल की हत्या सचमुच

पार्लियामेंट मे उस समय हुई, जब वे सफ़ेद बेस्टकोट पहने हुए थे, और उस पर खून के धब्बे उसी प्रकार पडे, जिस प्रकार सपने मे जॉन विलियम्स को दिखाई दिये थे। हत्यारों के हुलिये और पोशाकें भी हूबहू सपने मे दीखे हुलियों और पोशाकों के समान ही थीं।

सपनों की ऋणी-जॉन ऑफ़ आर्क

इतिहास-प्रसिद्ध जॉन ऑफ़ आर्क को अपने जीवन-कार्य की प्रेरणा सपनों से ही मिली थी। इतना ही नहीं, उस के जीवनी-लेखक का कहना है कि भावी घटनाओं का संकेत करने वाले स्वप्न आजीवन उसे प्रेरणा और दिशा प्रदान करते रहे।

अमरीका के विशाल नगर साल्ट लेक के जन्म और विकास का श्रेय भी एक स्वप्न को ही प्राप्त है। जोसेफ स्मिथ नामक व्यक्ति को सपना दिखाई दिया कि घने जंगलों में जाकर वह इस 'पवित्र भूमि' का आविष्कार और उद्धार करे। उस ने ऐसा ही किया, और वर्तमान साल्ट लेक नगर उसी के प्रयत्नों का साकार रूप है।

अफ़्रीका की मसाई नामक क़बीले के चिकित्सक लाइबन ने, जिन की मृत्यु उन्नीसवी सदी के मध्य मे हुई, एक स्वप्न के माध्यम से अफ़्रीकी महाद्वीप में गोरे लोगों के आगमन की बात काफी पहले जान ली थी। उन्होंने एक सपने मे देखा कि एक गोरा व्यक्ति अफ़्रीका मे एक लम्बा-चौड़ा साँप (जो वास्तव मे रेल का प्रतीक था) लेकर आया है, और यह साँप अफ़्रीका में फैलता जा रहा है। इसी सपने में उन्होंने गोरे व्यक्ति को एक विशाल पक्षी (वायुयान का प्रतीक) को उड़ाते देखा। उन्होंने अगले दिन अपने क़बीले के लोगों से कहा कि यदि उन्होंने भविष्य में अफ़्रीका आने वाले गोरे व्यक्तियों से छेड़छाड़ की या उनके काम में बाधा पहुँचायी तो वे प्लेग के शिकार हो जायेंगे। गोरे लोगों के अफ़्रीका-आगमन के बाद, जब तक इन लोगो ने इस चेतावनी को ध्यान में रखा, उन का कुछ न हुआ, पर इस चेतावनी को भूलते ही उन में से अधिकांश को प्लेग ने आ दबोचा।

इतिहास-प्रसिद्ध राजा क्रोसू को एक रात सपने में दिखाई दिया कि किसी ने उस के पुत्र एथिस की हत्या कर दी है। उस ने अपने पुत्र की रक्षा के लिए एक व्यक्ति को नियुक्त किया, पर इसी व्यक्ति ने कुछ दिन बाद एथिस की हत्या की। क्रोसू का सपना अन्ततः सच्चा साबित हुआ।

प्रत्यक्ष घटनासूचक सपने

इतिहास के प्रेमी जूलियस सीज़र की हत्या के उस प्रकरण से भी परिचित हैं, जो सीज़र की पत्नी कलपर्निया के एक स्वप्न के पश्चात् हुई थी। इस सपने में कलपर्निया ने एक अनजान व्यक्ति को सीज़र की हत्या करते देखा था। सीजर की हत्या, अन्त में, उसी ढंग से हुई जिस ढंग से उस की पत्नी ने सपने मे होती देखी थी।

अमरीका के एक जज ने एक रात सपना देखा कि वह एक गिरजे में हो रही अन्त्येष्टि क्रिया में भाग ले रहा है, और यह क्रिया सम्पन्न कराने वाला पादरी उस की ओर देख कर कह रहा है, "३१ दिन"। जज ने यह भी देखा कि शवपेटी में अमरीका के तत्कालीन प्रेसीडेंट रूजवेल्ट का शव है। प्रेसीडेंट रूज़वेल्ट उन दिनों जीवित और काफ़ी स्वस्थ थे।

जागने के बाद, जज महोदय ने इस दु:स्वप्न को भूलने की कोशिश की। पर ठीक ३१ दिन बाद उन्हें अपनी माता के अन्त्येष्टि संस्कार मे जाना पड़ा। स्वप्नशास्त्री यह बताने में असमर्थ है कि उन्हें सपने मे अपनी माता के स्थान पर शवपेटी मे लेटे रूज़वेल्ट के दर्शन क्यों हुए थे। सम्भवत: वह अपनी माता का उतना ही आदर करते थे, जितना रूज़वेल्ट का।

यह प्रत्यक्ष घटनासूचक सपना कुछ समय पूर्व, अमरीका के एक विख्यात मानस-रोगविशेषज्ञ को दिखाई दिया था। सपने मे उन्होंने देखा कि एक सुरंग के द्वार पर दो रेलगाड़ियों की भिड़न्त के कारण जान-माल की काफ़ी हानि हुई है। सपने मे घायल यात्रियों की चीख़-पुकारें उन्हें साफ़ सुनाई दे रही थी। वे हड़बड़ा कर उठ बैठे, और यह सपना अपनी पत्नी को सुनाने लगे। इस घटना के कुछ घंटे बाद, क़रीब ७० मील की दूरी पर एक सुरंग के द्वार पर दो रेलगाड़ियों की भिड़न्त सचमुच हुई। इस दुर्घटना मे जान-माल की काफी हानि हुई।

रेल-दुर्घटना के एक अन्य भविष्यसूचक सपने ने अमरीका में एक युवक की जान बचायी थी। यह युवक जिस दिन रेल-द्वारा यात्रा करने वाला था, उस से पूर्व रात मे दिखाई दिये एक सपने मे उसने देखा कि एक रेल-दुर्घटना मे गाड़ी के डिब्बे में रखे स्टोव के अपने ऊपर गिर जाने के फलस्वरूप वह गम्भीर रूप से घायल हुआ है। यह सपना देख कर उस ने रेल-यात्रा का विचार स्थगित कर दिया। यह उस के हित मे अच्छा ही हुआ। कारण जिस रेल द्वारा वह यात्रा करने वाला था, वह सचमुच दुर्घटना-ग्रस्त हुई। इतना ही नहीं, इस दुर्घटना मे एक व्यक्ति रेल-दुर्घटना के कारण नहीं, एक स्टोव के अपने ऊपर गिर पड़ने के परिणामस्वरूप गम्भीर रूप से घायल हुआ।

सपने में भयानक हत्या का पूर्वाभास

कुछ समय पहले, समाचारपत्रों मे एक घटना प्रकाशित हुई थी, जिस मे रोम की एक पत्नी ने सपने मे घर से बाहर गये अपने पति की मृत्यु का दृश्य स्पष्ट रूप से देखा था। उस ने सपने मे उस युवती को भी जीवन मे पहली बार देखा, जिस से उस का पति प्रेम करता था, और जो उस की मृत्यु का कारण बनी थी। सपने की इस पहचान के बल पर ही रोम की पुलिस उस युवती को गिरफ़्तार कर सकी।

पत्नी का नाम था एमीलिया। एक रात, जब धनी और व्यापारी पति किसी काम से रोम से बाहर गया हुआ था, उस ने सपने में देखा कि एक सर्द और खाली

कमरे मे, जो देखने में गैरेज-सा लगता था, उस का पति मरा हुआ पडा है। तभी एक आकर्षक युवती वहाँ आयी, और उस की (पत्नी की) ओर उपहासपूर्ण दृष्टि से देखने लगी।

इस भयानक सपने को देखते ही एमीलिया की आँखें खुल गयी। यद्यपि उस ने एक सपना ही देखा था, तथापि उसे लगा कि उस के पति किसी दुर्घटना मे ग्रस्त होकर मर गये है।

तीन दिन तक पति के आने की प्रतीक्षा करने के बाद, वह पुलिस-स्टेशन पहुँची। तीन दिन पहले उस ने जो डरावना सपना देखा था, उसे पुलिस को सुना कर, वह कहने लगी, "मेरे पति तीन दिन से लापता है। मुझे डर है कि उन की हत्या कर दी गयी है। मुझे यह भी डर है कि इस काण्ड मे उस युवती का हाथ है, जो सपने में मेरी ओर देख कर मुसकरा रही थी।"

पुलिस के यह पूछने पर कि क्या उस के पति की कोई प्रेमिका थी ? उस ने कहा कि उसे इस बारे मे कोई जानकारी नही है। पुलिस ने मामले की जाँच का आश्वासन दिया।

अगले चौबीस घंटों तक एमीलिया अपने फ़्लेट मे अपनी एक पुरानी सहेली एंजिला के साथ रही। बाद में एंजिला ने पत्रकारों को बताया, "एमीलिया को पूरा विश्वास था कि उस के पति की हत्या की गयी है, और अब वह अपने पति के दर्शन कभी नहीं कर पायेगी।"

एमीलिया की धारणा गलत नही निकली। अगले चौबीस घंटो के अन्दर ही पुलिस ने उस के पति का शव रोम से पचास मील उत्तर मे स्थित एक खोह मे बरामद किया। खोह के बाहर पुलिस को एमीलिया के पति की ध्वस्त कार भी मिली, जिस से आभास होता था कि मौत कार-दुर्घटना के कारण हुई है।

यदि एमीलिया ने पुलिस को अपने सपने के बारे मे न बताया होता, तो पुलिस इस मामले को दुर्घटना ही मान कर उसे समाप्त कर देती। पर, सपने के बयान को आधार मान कर, पुलिस ने शव-परीक्षा का आदेश दिया। शव-परीक्षा से यह खौफनाक तथ्य सामने आया कि एमीलिया के पति रूसी की हत्या उसे जहर देकर की गयी थी।

कुछ दिन बाद, पुलिस ने एक होटल मे रूसो की प्रेमिका लिसा और उस के प्रेमी मारी को रूसो की हत्या करने के अभियोग में गिरफ्तार किया। पूछताछ से पता चला कि लिसा रूसो से ऊब चुकी थी, पर रूसो उस का पीछा छोड़ने को तैयार न था। लिसा और उस के प्रेमी मारी ने गुप्तरूप से समझौता किया कि रूसो से एक लम्बी रकम ऐंठ कर उस का खात्मा कर दिया जाये। इस रक़म से वे दोनो अपने लिए एक मकान खरीदना चाहते थे।

लिसा के आग्रह पर रूसो ने यह रक़म बैंक से निकाल कर उसे दे दी। रक़म

ले कर लिसा ने उसे शराब का एक पेग दिया, जिस मे मारी ने पहले से ही जहर मिला रखा था। इसे पीते ही रूसो खत्म हो गया। दोनों ने उस की लाश को स्वयं उस की ही कार में लादा, और उस खोह मे ला कर छोड़ दिया, जिस का जिक्र अभी-अभी हो चुका है। खोह के बाहर खड़ी रूसो की कार को उन्होंने ध्वस्त कर दिया, ताकि देखने वालों को लगे कि रूसो की मौत कार-दुर्घटना के कारण हुई।

मारी ने अपने बयान में कहा कि वह इस हत्याकाण्ड में शामिल नहीं था। पर उस की इस बात का विश्वास न पुलिस ने किया न अदालत ने। दोनो को आजीवन कारावास का दण्ड प्रदान किया गया।

इस मामले मे दो विस्मयजनक तथ्य और सामने आये। जब पुलिस ने शिनाख्त के लिए एमीलिया को लिसा का फोटो अन्य युवतियो के फ़ोटो के साथ दिखाया, तो उस ने फौरन लिसा को पहचानते हुए कहा, "यही थी वह युवती जो सपने मे मेरी ओर देख कर हँस रही थी।" उधर, लिसा ने अपने अन्तिम बयान मे स्वीकार किया कि जब उस ने और मारो ने रूसो की लाश को खोह मे रखा था, तो उसे यह स्पष्ट अनुभूति हुई थो कि कोई अपरिचित महिला उसे ऐसा करते देख रही है। यह अनुभूति इतनी तीव्र थी कि उस ने मारी से भी इस का जिक्र किया। पर, मारी ने खोह के अन्दर-बाहर अच्छी तरह देखभाल कर के लिसा को बताया कि उन दोनों के अतिरिक्त वहाँ कोई नही है।

इस घटना से मिलती-जुलती एक घटना आज से करीब पचास वर्ष पूर्व घटी थी।

अमरीका के वाल्टर प्रिस नाम के एक डॉक्टर को एक रात एक अजीब सपना दिखाई दिया। उन्होंने देखा कि एक स्त्री ने उस के हाथ में लाल स्याही से लिखा एक कागज दिया है। कागज़ मे लिखा था कि पत्र लाने वाली स्त्री को मौत की सज़ा दी जाये। इस से पहले कि डॉक्टर यह तय कर सकें कि यह स्त्री कौन है, उन्होंने अनुभव किया कि कोई अज्ञात व्यक्ति ऐसी सजा देना आरम्भ भी कर चुका है। तभी उन्हे यह अनुभूति भी हुई कि पत्र लाने वाली स्त्री ने अपने हाथ से उन का हाथ ज़ोर से पकड़ कर अपने दाँतों में उन के एक हाथ की अँगुलियाँ फँसा ली है, और इस के तुरन्त बाद ही उस स्त्री का सिर धड़ से अलग हो गया।

अगले दिन उन्होने समाचारपत्रों मे सारा हैंड (हिन्दी अर्थ : हाथ) नाम की स्त्री के पटरियों पर सिर रख कर आत्महत्या करने का अद्भुत समाचार पढ़ा। समाचार में बताया गया था कि इस अर्द्धविक्षिप्त स्त्री के मन में यह धारणा घर कर गयी थी कि उस के धड़ और सिर का अलग-अलग अस्तित्व है, और वे दोनो पृथक् रूप से जीवित रह सकते हैं। मरने से पहले वह एक पत्र लिख कर छोड़ गयी थी कि उसे विश्वास है कि उस की आत्महत्या के बाद भी उस का धड़ जीवित रहेगा और बाक़ायदा बातचीत करेगा। समाचार के साथ स्त्री के चेहरे का चित्र भी प्रकाशित

हुआ था, जो उस स्त्री के चेहरे से बहुत मिलता था, जो डॉक्टर प्रिंस को सपने में दिखाई दी थी।

इस सपने का वर्णन अमरीकी पैरासायकालोजी रिसर्च इन्स्टीटयूट के सामने करते हुए डॉक्टर प्रिंस ने कहा, "यह सपना न जाने कैसे मुझ से आ टकराया ?"[1]

सपनों के बारे मे वैज्ञानिक शोध करने वाली इस संस्था को दो अन्य विस्मय-जनक सपनों के बारे मे भी पता चला है।

इंग्लैंड का जॉन विलियम्स नामक एक धर्मप्राण व्यक्ति जुएबाजी और घुड़दौड़ से सख्त नफ़रत करता था। पर, ३० मई, १९३३ की रात को उसे सपना दिखाई दिया कि अगले दिन होने वाली विख्यात डर्बी घुड़दौड़ मे चार खास घोड़े प्रथम चार स्थानों पर आये है। सुबह उठते ही अपनी इस सपने की चर्चा कुछ व्यक्तियो से की, पर किसी ने उस पर विश्वास नही किया।

लेकिन, जब घुड़दौड़ के बाद रेडियो पर विजेता घोड़ों के नामों की घोषणा होने लगी, तो ज्ञात हुआ कि वे चार घोड़े ही पहले चार स्थानों पर आये है, जो विलियम्स को सपने मे दिखाई दिये थे।

दूसरी घटना मे इंग्लैंड की श्रीमती क्लार्क नाम की गृहिणी को सपने मे दिखाई दिया कि वह अपनी कुछ सहेलियों के साथ वर्दिंग नामक स्थान मे पिकनिक मनाने गयी है। वर्दिंग मे उस की एक सहेली थी, जो प्रायः उसे अपने स्थान पर पिकनिक मनाने के लिए आमन्त्रित करती रहती थी। ऐसे अवसरों पर वह अपनी कार उसे लिवा लाने के लिए स्टेशन पर भेजती थी इसलिए, यह सपना देख कर श्रीमती क्लार्क को कोई आश्चर्य नहीं हुआ। उसे आश्चर्य इस बात से हुआ कि सपने मे उस की मेज़-बान ने कार के स्थान पर घोड़ागाड़ी भेजी थी। सपने मे श्रीमती क्लार्क ने यह भी देखा कि रास्ते मे काले रंग का बटुआ पड़ा है, जो नोटों और रेज़गारी से भरा है।

एक पखवारे के बाद श्रीमती क्लार्क को अपनी मेजबान के निमन्त्रण पर पुनः वर्दिंग जाने का अवसर मिला। मेज़बान उसे अपनी घोड़ागाड़ी में लिवाने आयी क्योंकि उस की कार खराब थी। घोड़ागाड़ी में बैठ कर श्रीमती क्लार्क ने अपनी मेज़बान से कहा, "गाडी ज़रा धीरे-धीरे चलवाना, क्योंकि मुझे रास्ते में काले रंग का एक बटुआ मिलेगा।" मेजबान को उस की यह बात सुन कर बड़ी हैरत हुई। यह हैरत तब और ज़्यादा बढ़ गयी जब सचमुच उन्हे रास्ते मे काले रंग का एक बटुआ पड़ा हुआ मिला, जो नोटों और रेजगारी से भरा था।

यह एक ऐसा सपना था, जो स्वप्न देखने वाले व्यक्ति को ठीक उसी रूप में दिखाई दिया था, जिस रूप में वह बाद मे घटित हुआ। पर अधिकांश सपनों मे प्रायः ऐसे तत्त्व निहित रहते है, जिन की उत्पत्ति के मूल सूत्र की पकड़ाई आसानी से नही

१. Subconscious Intelligence Underlying Dreams—Macmillan Co.

हो पाती। ऐसे दुर्बोध सपने या तो भावी मंगल के सूचक होते है, या भावी अमंगल के।

सुनिए, ऐसे कुछ और रहस्यमय सपनों की सच्ची कहानियाँ :

० अमरीका के ओरेगन नामक स्थान के एक सिपाही को सपना दिखाई दिया कि उस के भाई की अप्रत्याशित रूप से मृत्यु हो गयी है। इस सपने से भयभीत हो कर वह जागा ही था कि फ़ोन की घंटी बज उठी। फ़ोन पर कोई परिचित स्वर उस से कह रहा था कि उस के भाई का अचानक देहावसान हो गया है।

० इस से भी विचित्र एक अन्य अमरीकी सैनिक को हुआ। छुट्टी पर घर आये इस सैनिक को मालूम पड़ा कि उसी गाँव मे रहने वाली उस की प्रेमिका हाल ही में आये भूकम्प के कारण मलवे मे कहो दबी पड़ी है। काफी खोज करने पर भी वह मलवे मे से अपनी प्रेमिका को पाने में असफल रहा। तब, उसी रात को उस ने सपने मे वह स्थान देखा, जहाँ उस की प्रेमिका दबी पड़ी थी। अगले दिन, वह स्वप्न में दिखाई दिये स्थान में दबी पड़ी अपनी प्रेमिका को मलवे के अन्दर से बाहर निकाल लाया।

० १९१५ मे स्वीडन के जनरल जॉन को रुग्णावस्था में एक अजीब सपना दिखाई दिया। सपने मे उन्होंने देखा कि स्टाकहॉम मे अज्ञात हत्यारो ने उन के मित्र जनरल बेकमैन को मार डाला है। सारी रात वे यही चिल्लाते रहे, 'कमाल है, नर्स ! तुम्हें सामने उस का शव पड़ा नहीं दिखाई देता ? फ़र्श पर पड़े खून के धब्बे नहीं दिखाई देते ?"

उन की नर्स ने उन के प्रलापों पर कोई ध्यान नहीं दिया और आराम से बिस्तर पर लेटी रही। पर, जब उस ने सुबह समाचारपत्रों में पढ़ा कि स्टाकहॉम में जनरल बेकमैन की हत्या कर दी है, तो दंग रह गयी।

० एक रविवार को अमरीकी सेना का एक अफ़सर अपनी पत्नी के साथ कार मे कहीं जा रहा था। रास्ते में अफसर की पत्नी को झपकी आ गयी। पर, सहसा उस की आँखें खुल गयी, और उस ने अपने पति का हाथ झँझोड़ते हुए कहा, "मै ने अभी-अभी सपना देखा है कि हमारी लड़की के साथ एक गम्भीर कार दुर्घटना हो गयी है।'

अफ़सर को अपनी पत्नी के सपने पर विश्वास तो नही हुआ, पर उसे सन्तोष देने के लिए उस ने घर आ कर लड़की के घर फ़ोन किया। ज्ञात हुआ कि सचमुच लड़की एक गम्भीर कार-दुर्घटना का शिकार हो गयी थी, और यह भी कि कार-दुर्घटना ठीक उसी समय हुई थी जब उस की माँ को यह दृश्य सपने मे दिखाई दिया था।

० एक युवक रात मे एक दु:स्वप्न देख कर बुरी तरह चीख पडा। जब उस की पत्नी ने उसे उठाया, तो उस ने इस सपने की कहानी अपनी पत्नी को सुनायी। उस ने सपने में अपने आप को सफेद रंग के एक बडे कमरे मे पाया था, जहाँ एक बड़ी मेज

पर एक आदमी लेटा था। चादर से उस का आधा चेहरा और पूरा शरीर ढका था, इसलिए यह नही मालूम पडता था कि लेटा हुआ व्यक्ति कौन है। मेज के ऊपर तेज रोशनियो वाले बल्ब जल रहे थे। इस साधारण से लगने वाले दृश्य मे न जाने क्या था कि उस ने उस युवक को दहला कर रख दिया।

अगले दिन, उस युवक को फौरन एक अस्पताल मे जाने के लिए फ़ोन आया। वहाँ जा कर उसे मालूम हुआ कि उस के चाचा दुर्घटनाग्रस्त हो कर ऑपरेशन के लिए अस्पताल में लाये गये है। जैसे ही उस ने ऑपरेशन-रूम मे प्रवेश किया, उसे लगा यह स्थान उस के लिए अपरिचित नही है। तभी उसे याद आया कि कल रात उस ने सपने में इसी कमरे में लेटे अपने चाचा को देखा था।

मौत के आरपार देखने वाले सपने

विख्यात अँगरेज कवि-उपन्यासकार रुडयार्ड किपलिंग भविष्यसूचक सपनों में क़तई यक़ीन नही करते थे। पर, एक रात उन्होंने एक ऐसा सपना देखा जिस ने उन के इस विश्वास को बिलकुल बदल दिया। इस सपने मे उन्होने स्वयं को इंगलैंड के प्राचीन राजमहल मे आयोजित एक समारोह में भाग लेते देखा। वहाँ टेढ़े-मेढ़े पत्थरों से बने फर्श पर खडे एक स्थूलकाय व्यक्ति की बाँह पकड कर एक अनजान व्यक्ति ने उस से कहा, "मैं आप से कुछ कहना चाहता हूँ।"

यह अजीब-सा, मगर निरर्थक-सा सपना किपलिंग को न जाने कैसे याद रह गया।

क़रीब ४० दिन बाद किपलिंग को सचमुच इंगलैंड के प्राचीन राजमहल में आयोजित एक समारोह में भाग लेने के लिए जाना पड़ा। जब वे वहाँ टेढ़े-मेढे पत्थरो से बने एक फ़र्श पर खडे थे, तब उन्होंने एक स्थूलकाय व्यक्ति को अपने सामने खड़े पाया। और तभी एक अपरिचित व्यक्ति उस स्थूलकाय व्यक्ति के पास आया, और उस की बाँह पकड़ कर बोला, "मैं आप से कुछ कहना चाहता हूँ।"

किपलिंग को कुछ समय पहले दिखा अपना सपना याद आ गया। कितना साम्य था, इस घटना और सपने मे दिखी घटना मे तथा उन की आँखों के सामने खडे दोनों व्यक्तियों में और सपने मे दिखाई पड़े दोनों व्यक्तियों में!

जल और थल में तेजी के नये कीर्तिमान् स्थापित करने वाले डोनाल्ड कैम्पबेल को अपनी भावी मृत्यु का आभास एक सपने द्वारा पहले ही हो चुका था। ५ जनवरी, १९६७ से, जब वे एक हायड्रोप्लेन द्वारा जल-थल मे तेजी का एक नया कीर्तिमान् स्थापित करने वाले थे, कई दिन पहले ही उन्होने पत्रकारों से कह दिया था: "उस दिन मेरा अन्त निश्चित है, यह भविष्यवाणी मुझे सपने में हो चुकी है। उस दिन आप लोग मुझे हायड्रोप्लेन के बाद शवपेटी में सवार होते भी देखेंगे।" कैम्पबेल का सपना सच हुआ। उन का अन्त उसी प्रकार हुआ, जैसा उन्होंने सपने मे देखा था।

सपने जहाँ आने वाली मृत्यु की भविष्यवाणी कर सकते हैं, वहाँ वे अपनी भविष्यवाणी द्वारा व्यक्ति को आसन्न मृत्यु की ओर से सावधान भी कर सकते है। ब्रिटेन के भूतपूर्व प्रधान मन्त्री बिन्सटन चर्चिल की जान दो बार ऐसे सपनों के कारण ही बची थी।

१३ अप्रैल, १९४२ को ब्रिटेन की एक पहाड़ी के निकट ब्रिटेन की वायुसेना के सैनिक और अधिकारी युद्धाभ्यास में व्यस्त थे। अभ्यास में यह जानने का प्रयत्न किया जा रहा था कि कम ऊँचाई की हवाई बम-वर्षा से किस प्रकार रक्षा की जा सकती है। पर यह युद्धाभ्यास सौ के करीब सैनिकों और अधिकारियों के लिए घातक सिद्ध हुआ। ये सब अपने ही देशवासियों के हाथों मारे गये। ऐसा होना नही चाहिए था, पर एक मामूली ग़लती से यह दु:खद काण्ड घट गया।

चर्चिल भी बतौर एक महत्त्वपूर्ण दर्शक, इस युद्धाभ्यास में भाग लेने वाले थे। पर एक दिवास्वप्न में प्राप्त 'सूचना' के बाद उन्होंने युद्धाभ्यास मे जाने का विचार त्याग दिया, और इस प्रकार उन की जान बच गयी। यदि वे यह युद्धाभ्यास देखने जाते तो उन की मृत्यु निश्चित थी। कारण उन के लिए जो स्थान नियत हुआ, उस स्थान पर खडे ब्रिगेडियर टेलर को मृत्यु अविलम्ब हो गयी थी।

इस से पूर्व, १९४० के अक्तूबर महीने मे भी एक दिवास्वप्न में प्राप्त सूचना ने ही उन की जान बचायी थी।

रात का समय था। चर्चिल ने रात का खाना शुरू किया ही था कि भोंपू ज़ोर से बोलने लगे। यह इस बात का संकेत था कि जर्मनी के बमवर्षक हवाई जहाज लन्दन पर बमवर्षा करने आ रहे है। चर्चिल को लगा कि कोई भीषण दुर्घटना घटने वाली है। पर वे घबराये नही। उन्होंने बिना व्यग्र हुए, अपनी आँखें बन्द कर ली, और चुपचाप कुछ सोचने लगे। तभी स्वप्न की भाँति एक दृश्य उन की आँखो के सामने कौध गया। इस दिवास्वप्न मे उन्होंने देखा कि बम उस स्थान से जहाँ वे खाना खा रहे थे, कुछ दूरी पर गिर रहे है, और उन का स्थान बमों से पूर्णतया सुरक्षित है। उन्होंने अपने रसोइये और नौकरों को उन तहखानों मे भेज दिया, जो खास तौर पर हवाई हमलों से सुरक्षा के लिए बनाये गये थे। इन लोगो के काफ़ी आग्रह के बावजूद वे स्वयं वहाँ नहीं गये।

कुछ मिनट बाद जरमन हवाई जहाज बम-वर्षा करने लगे। बम, जैसा कि चर्चिल को सपने मे दिखाई दिया था, उन के स्थान पर नही गिरे। वे उन्ही स्थानों पर गिरे जो चर्चिल को इस सपने में बमों से प्रभावित दिखाई दिये थे।

सपनों की भविष्यवाणी : अन्धविश्वास नहीं, वैज्ञानिक सत्य

स्वप्नों की बुद्धिसंगत व्याख्या करने वाले प्राय: सभी मानसशास्त्रियों का कहना है कि यह धारणा कि कुछ स्वप्न भविष्य बतलाते है, निरा अन्धविश्वास नही,

अपितु एक वैज्ञानिक सत्य है। हाँ, फ़्रॉयड जिस रूप मे स्वप्नों को भविष्यवक्ता मानते है, वह अत्याधुनिक मानसशास्त्रियों की धारणा से बहुत भिन्न है। लब्धप्रतिष्ठ मानसशास्त्री कार्ल जुंग का कहना है : "विशुद्ध रूप से भविष्य की सूचना देने वाले सपने मानसशास्त्र के नही, अपितु अध्यात्म के विषय है।"[1] इसे अपना गहनतम अनुभव मानते हुए वे आगे कहते है : "मेरी अन्तरात्मा को नियति-निर्धारित कार्यों के पूर्ण करने का संकेत प्रायः सदा अर्द्धचेतनावस्था मे ही मिला है। उन की पूर्णता में ही मैं ने जीवन को सफल माना है। इस अदृश्य शक्ति को प्रमाणित करने की कोशिश मै ने कभी नही की, पर वह मेरे सम्पूर्ण जीवन को संचालित करती रही है। कोई भी युक्ति मेरी इस श्रद्धा को डिगा नही सकती ‥ ऐसे क्षणों मे मुझे काल के व्यतीत होने का भान नहीं होता, मैं असीम और शाश्वत में खो जाता हूँ। मेरे सब कार्य इसी शक्ति से प्रेरित होते हैं, और मेरी इच्छा से कुछ नहीं होता, इसी अचल विश्वास ने मुझे अपने नियत मार्ग पर दृढतापूर्वक चलने का बल प्रदान किया है।"[2]

जुंग के समान 'एन एक्सपेरिमेंट विद् टाइम' नाम की अपनी पुस्तक मे लेखक डन ने भी सपनों के उपरोक्त स्वरूप के अनेक उदाहरण प्रस्तुत किये है, और विज्ञान द्वारा उन्हे सत्य प्रमाणित करने का प्रयत्न किया है।

युरॅप के विश्वविख्यात पादरी आर्कबिशप लाड और जॉन बोजले को, स्वयं उन के कथनानुसार 'ईश्वरीय आदेश' सपनो से ही मिलते थे।

ब्रिटेन के प्रसिद्ध योद्धा किचनर की भी आस्था थी कि सपनों मे भविष्यवाणी करने की क्षमता होती है। उन की जीवनी पढ़ने से ज्ञात होता है कि सपनों मे उन्हें भावी घटनाओं का आभास तो मिलता ही था, भूत और वर्तमान की घटनाएँ भी साकार हो जाती थीं।

इतिहास-प्रसिद्ध जनरल गॉर्डन के प्राण एक अवसर पर एक सपने ने ही बचाये थे। एक बार, जब वे चीन मे थे, तब उन्हे सपने मे दिखाई दिया कि एक नदी पार करते समय उन की नाव, जिस मे उन के अलावा कुछ चीनी सैनिक भी थे, डूबने लगी है। तभी उन्होंने देखा कि उन के पास एक ऐसा सैनिक खड़ा है, जिसे उन्होंने कुछ समय पहले अनुशासन-भंग करने के अपराध मे सजा दी थी। यह सपना उन्होंने लगातार दो बार देखा, और दोनों बार उन्हे वही सैनिक अपने पास खड़ा दिखाई दिया। इस घटना के कुछ समय बाद, जनरल को सचमुच अपने सैनिकों के साथ एक नाव में नदी पार करने की आवश्यकता पड़ी। उन्हे यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि नाव का आकार और रंग वैसा ही था, जैसा उन्हे सपने मे दिखाई दिया था, और नदी भी वही थी, जो उन्होंने सपने में देखी थी। नाव मे वह सैनिक भी सचमुच मौजूद था, जिसे उन्होंने सजा दी थी।

१. The Undiscovered Self—Doubleday.
२. Ibid.

उन्होंने तुरन्त नाव की जाँच का आदेश दिया। जाँच से पता चला कि उस की पेंदी में बारीक छेद थे, जिन के कारण नाव बीच में ही डूब सकती थी। जैसे ही यह बात जनरल को मालूम हुई, उन्होंने उस सैनिक की ओर देखा, जिसे उन्होंने कभी सज़ा दी थी। सैनिक ने अपना अपराध स्वीकार करते हुए उन के पाँव छू लिये। अपनी डायरी में जनरल गॉर्डन ने लिखा कि "अगर मैं सपने में मिली चेतावनी पर ध्यान न देता, तो मैं और मेरे सब सैनिक निश्चय ही नदी मे डूब जाते, कारण नदी की तेज और खतरनाक जलधारा में हम लोग तैर कर किनारे तक नही आ सकते थे।"

जब सपने प्राणदायक बने

सम्भावित मृत्यु के पूर्वाभास का ऐसा ही एक विचित्र अनुभव दो वर्षो तक वर्मा तथा मलाया मे ब्रिटिश वायुसेना का अध्यक्ष रहने वाले एयर-मार्शल विक्टर गोडार्ड को हुआ था। यह सच्ची घटना गॉर्डन वाली घटना से इस मायने मे अलग है कि इस मे सपना सम्बन्धित व्यक्ति ने नही, एक असम्बद्ध व्यक्ति ने देखा था।

एक पार्टी में गोडार्ड ने अपने पीछे खड़े हुए एक नौसेना-कमांडर को अपने एक साथी से यह कहते सुना कि "कल रात गोडार्ड एक विमान-दुर्घटना में काम आये।" गोडार्ड ने जब मुड़ कर उस की ओर देखा, तो वह कमांडर चकित रह गया। उस ने बताया कि उस ने कल रात सपने मे एक विमान-दुर्घटना देखी थी, जिस मे गोडार्ड का डकोटा विमान शाम के समय, चीन या जापान मे कही, पथरीले समुद्र-तट पर गिरा था। विमान मे गोडार्ड और चालक-दल के सदस्यों के अलावा दो असैनिक थे—एक पुरुष, और एक महिला। उस ने यह सपना विस्तार से गोडार्ड को सुनाया।

गोडार्ड ने डेविंग नाम के इस कमांडर का आभार व्यक्त करते हुए कहा : "मैं एडमिरल माउंटबैटन के निजी डकोटा मे टोकियो होता हुआ इंग्लैंड जाने वाला हूँ। अब मैं अपने साथ सिर्फ़ चालक-दल के सदस्यों को ही ले जाऊँगा, किसी और को नही।"

कुछ ही मिनट बाद, एक पत्रकार ने आकर गोडार्ड से प्रार्थना की कि क्या वह उसे अपने डकोटा मे टोकियो तक ले जायेंगे। सपने की याद करते हुए उन्होंने उसे मना कर दिया। पर, उसी शाम उन्हे स्थानीय ब्रिटिश वाणिज्य महादूत का आवश्यक सन्देश मिला कि वे गोडार्ड के जहाज में टोकियो तक जायेंगे ? इस प्रार्थना को अस्वीकार करना उन के लिए सम्भव न था। फिर भी उन्हे सन्तोष था कि कोई असैनिक महिला उन के साथ नही होगी।

लेकिन, कुछ समय बाद वाणिज्य महादूत ने गोडार्ड से कहा कि उन के साथ उन की स्टेनोग्राफ़र भी जायेगी। गोडार्ड ने बहुत आग्रह किया कि कोई पुरुष-स्टेनो

साथ जाये, पर वह न मिला। अन्ततः डकोटा मे, गोडार्ड की योजना के विपरीत, उन के अलावा दो असैनिक और चले—एक पुरुष और एक महिला, जैसा डेविग को सपने मे दिखा था।

घने काले बादलो और अविश्वसनीय मौसम के बीच डकोटा उड़ने लगा। कुहासा क्रमशः घना होता गया। डेविंग के सपने के अनुसार दुर्घटना शाम को बर्फ़ीली आँधी के बीच 'हुई' थी। १७००० फ़ुट की ऊँचाई पर, बादलो के बीच आकर, डकोटा के कप्तान ने कहा कि आक्सीजन की कमी अनुभव हो रही है। उस ने नीचे उतरने का निश्चय किया। तेजी से बर्फ गिर रही थी, और नीचे सागर की विकराल लहरें उफन रही थी। समय था – साढ़े तीन। सपने की सारी परिस्थितियाँ मौजूद थी। गोडार्ड घबरा रहे थे, कारण अगले क्षणों मे जो कुछ होने वाला था, और जिस पथरीले समुद्र तट पर जहाज उतरने जा रहा था, उस का आभास उन्हें डेविंग के सपने से पहले ही मिल चुका था। उन्होंने आँखें बन्द कर ली।

उतरते समय जहाज और उस के यात्रियों के बचने की कोई आशा न थी, पर भाग्य उन के साथ था। वे मौत को चकमा देकर बाल-बाल बच गये। पर, डेविंग को जो दुर्घटना सपने मे दिखाई दी थी, वह उसी प्रकार घटी। अन्तर यही रहा कि कोई मरा नही।

बाद मे डेविग ने पत्र लिख कर गोडार्ड को सूचित किया कि सपने की दुर्घटना निश्चय रूप से गम्भीर थी, पर हो सकता है कि उसने गोडार्ड को मृत न देखा हो।

'धर्मयुग' मे प्रकाशित एक समाचार के अनुसार ताशकन्द की एक सोवियत छात्रा ने ९ जनवरी, १९६६ को एक सपना देखा कि वह एक कब्रिस्तान मे खड़ी है, और उसे एक उड़ती हुई छोटी-सी मृत देह दिखाई पड़ रही है, जिस का चेहरा लालबहादुर शास्त्रीजी से मिलता है। वह घबरा गयी। पर, उसी दिन एक सभा में शास्त्रीजी का भाषण सुन कर उसे कुछ सन्तोष हुआ।

पर, उसी रात ताशकन्द मे रहने वाले एक भारतीय सज्जन को भी, जिन से छात्रा ने स्वप्न का जिक्र किया था, सपना दिखाई दिया कि शास्त्रीजी का देहावसान हो गया है। उन्होंने स्वप्न को हँसकर उड़ा दिया। पर, ११ जनवरी की सुबह को उन्हे अपने सपने का असली अर्थ मालूम पड़ा।

आस्ट्रिया के साथ हो रहे युद्ध में, युद्ध भूमि में जाते समय नेपोलियन प्रथम अपनी गाड़ी में सो गये। उन्हे सपना दिखाई दिया कि उन के चारों ओर बमबारी हो रही है, और भूमि पर सुरंग बिछी है। वे यह चिल्लाते हुए जाग पड़े—"हम विस्फोट-क्षेत्र में हैं!" और, सचमुच ही, जागने पर उन्होने अपने को सुरंगीक्षेत्र मे पाया। यदि उन्हे यह सपना न दिखाई देता, तो उन का अन्त निश्चित था।

सपने किस प्रकार प्राण बचा कर नवजीवन प्रदान कर सकते है, इस की एक और घटना सुनिए, जिस ने क़रीब पचास साल पहले दुनिया को घोर आश्चर्य मे डाल

दिया था।

अक्तूबर, १९१८ मे पोलैंड के जरनैक नगर की एक युवती मेरना को एक भयानक स्वप्न दिखाई दिया कि उस का प्रेमी स्टैनिस्लास एक अज्ञात युद्ध-ध्वस्त किले की अँधेरी सुरंग मे रास्ता टटोल रहा है। उस के भरपूर प्रयत्न करने पर भी चट्टान और लकड़ी के तख्ते नही हटते, और वह बार-बार निराश होकर रोने लगता है। यह सपना उसे लगातार कई बार दिखाई दिया। स्टैनिस्लास प्रथम विश्व-युद्ध के लाखों सैनिकों की भाँति लापता था, और किसी को उस के बारे मे कोई सूचना न थी।

१९१९ के ग्रीष्मकाल में मेरना ने इस सपने को नये रूप में देखा। उस ने देखा कि उस का प्रेमी, एक क़िले के चकनाचूर स्तम्भ के मलबे के अन्दर से उसे पुकार रहा है। वह मलवा, स्वप्न मे, उस के बार-बार प्रयत्न करने पर भी नही हटा। यह सपना अगले दिन उस ने जिसे भी सुनाया, उसी ने उस की हँसी उड़ायी। लेकिन, मेरना को यह सपना हर रात आता रहा। अन्त मे, वह अकेली ही अपने प्रेमी की खोज मे निकल पड़ी, सिर्फ भगवान् के सहारे।

असम्भव कार्य था यह, कारण युरॅप मे अनगिनत क़िले है। कार्य को असम्भव मान कर कोई उस की सहायता करने को भी तैयार न था। और तैयार भी हो जाता तो क्या कर सकता था? फिर भी मेरना ने हिम्मत न हारी, और सपने मे मिले सूत्र के सहारे आगे बढती रही। बहुत से किले देखने को मिले, पर जो क़िला उस ने सपने मे देखा था, उस का पता कही न था।

लेकिन २५ अप्रैल १९२० को एक चमत्कार हुआ। जैसे ही उस ने पौलैंड के ज्लोटा नामक गाँव के पहाड़ की चोटी पर स्थित क़िले को देखा, वह हर्ष के मारे चिल्ला उठी। सामने वैसा ही क़िला दिखाई दे रहा था, जैसा उस ने सपने मे देखा था। उस के चारो ओर भीड़ जमा हो गयी। सब ने उस की बात सुनी, पर उस पर विश्वास किसी को न हुआ। लेकिन मेरना इस से हतोत्साहित न हुई। उस ने घोषणा की कि वह स्वयं मलवा उठायेगी।

अन्त मे, कुछ लोग, उस की लगन देख कर, मलवा हटाने को तैयार हो गये। यह आसान काम न था, कारण भारी-भारी पत्थरों को भी हटाना था। दो दिन की मेहनत के बाद उन्हे एक छोटा-सा दरवाज़ा दिखाई दिया। जैसे ही वे इस दरवाज़े के पास पहुँचे, उन्हे उस के अन्दर से आती हुई एक करुण आवाज सुनाई दी।

यह करुण स्वर स्टैनिस्लास का ही लगता था। अब मेरना से न रहा गया। वह आगे बढ़ कर खुद अपने हाथों से चट्टान तोड़ने की कोशिश करने लगी। पर उपस्थित लोगो ने उसे ऐसा करने से रोका, और चट्टान तोड़ने मे जुट गये। कुछ देर की मेहनत बाद, वे चिथड़ों मे लिपटे हुए स्टैनिस्लास को बाहर निकालने मे सफल हो गये। वह दो साल तक, जब तक वह सपने मे मेरना को दिखाई देता रहा था, अँधेरे मे रहने

के कारण, अब प्रकाश मे आकर बड़ी परेशानी महसूस कर रहा था।

कुछ होश आने पर उस ने लोगो को बताया कि जब लड़ाई हो रही थी, तब वह किले के अन्दर था। तोप ने दरवाज़े को तोड़ कर रख दिया था और मलबे के दरवाज़े के बाहर जमा हो जाने के कारण वह बाहर न आ सकता था। थोड़ी पनीर और शराब उस के पास थी। इन दोनों वस्तुओ के सहारे ही वह जीवित रहा। बाहर निकलने के लिए वह दिन-रात प्रार्थना करता रहता था।

पोलैंड के सेनाधिकारियों ने इस मामले की पूरी जाँच की, और इस अद्भुत सपने की सब बातों को सौ फ़ीसदी सच पाया। स्टैनिस्लास ने सेना से मुक्त हो कर अपनी प्रेमिका से विवाह कर लिया।

विश्वसनीय सपना, जो सौ फ़ीसदी सच निकला

आज से करीब अस्सी साल पहले एक और स्वप्न ने देह धर कर सारे विश्व को आश्चर्य मे डाल दिया था। इस विचित्र स्वप्न ने दुनिया को एक भीषण प्राकृतिक दुर्घटना का समाचार दिया था।

यह घटना १८८३ मे अमरीका के बोस्टन नगर मे घटी थी। इस नगर के दैनिक 'बोस्टन ग्लोब' का एक संवाददाता सैमसन रात के तीन बजे, अपना काम पूरा कर के सो रहा था। कुछ देर बाद, एक भयंकर स्वप्न ने उसे जगा दिया।

इस भयंकर स्वप्न मे उस ने देखा कि एक द्वीप के ज्वालामुखी के मुँह से लावा निकल-निकल कर आसपास के गाँवों को नष्ट कर रहा है। इतना ही नही, द्वीप के चारों ओर मीलों तक उबलता हुआ सागर भी द्वीप को निगलता जा रहा है। इस विकराल स्वप्न के आतक से मुक्त हो कर सैमसन ने, इस स्वप्न को, एक कहानी मान-कर लिखना शुरू कर दिया। असल मे, यह लेख लिखते समय उस का विश्वास था कि पाठक इस स्वप्न-वृत्तान्त को कहानी के रूप मे काफ़ी दिलचस्पी से पढ़ेंगे। उस अनोखे और डरावने सपने के सब दृश्य, लेख लिखते समय, उसे भलीभाँति याद थे। इतना ही नही सपने में उस ने उस द्वीप का नाम भी देख लिया था। वह द्वीप जावा के पास प्रालेप नाम का द्वीप था।

अपने स्वप्न-वृत्तान्त मे उस ने सपने की विकरालता को हूबहू दिखाने का प्रयत्न किया। उस ने लिखा कि किस प्रकार ज्वालामुखी के विस्फोटो ने प्रलय का-सा दृश्य उपस्थित कर दिया था, और नन्हा-सा द्वीप लगातार उन विस्फोटों के कारण काँप रहा था। जहाँ देखो, वहाँ आग की बड़ी-बड़ी लपटें उठ रही थी। सागर की पागल और उबलती हुई लहरें द्वीप के आसपास आ-जा रहे जहाज़ों को आत्मसात् करती जा रही थी। ये लहरें क्रमशः द्वीप को भी अपने गर्भ में समाती जा रही थी। अन्त में, ज्वाला-मुखी के अतिप्रचण्ड विस्फोट के साथ सारा का सारा द्वीप सागर मे समा गया, और जहाँ कभी प्रालेप द्वीप था, वहाँ एक टूटा पहाड़ शेष रह गया – उस द्वीप की याद

सुरक्षित रखने के लिए।

पूरा वृत्तान्त लिख लेने पर उसे वह इतना अच्छा लगा कि सम्पादक का ध्यान आकर्षित करने के लिए उस ने आदत के मुताबिक़ हाशिये पर 'जरूरी' लिख दिया। लेख लिख कर वह काफ़ी थक गया था, और लेख को मेज पर ही छोड़ कर सोने के लिए घर चला गया।

जब सुबह को सम्पादक आया, तो उस ने सैमसन का 'ज़रूरी' लेख पढ कर समझा कि शायद यह कोई समाचार है, जिसे सैमसन ने अपने ढंग से लेख के रूप में लिखा है। उस ने एक सनसनीखेज शीर्षक देकर, उसे मुखपृष्ठ पर सब से अधिक प्रमुखता के साथ छपने के लिए भेज दिया।

इस समाचार के छपते ही, एक समाचार-एजेन्सी ने भी इस की नकल अन्य समाचार-पत्रों मे छपने के लिए भेज दी। कुछ समाचारपत्रों ने उसे छाप कर विस्तृत ब्यौरे की माँग की। जावा को तार भेजा गया तो कोई जवाब नहीं आया। अब प्रतीक्षा थी सैमसन की, क्योंकि अकेला वही जानता था कि उसे यह समाचार कैसे मिला?

सैमसन के ड्यूटी पर आते ही पत्र के सम्पादक और मालिक ने उस से इस समाचार के बारे मे प्रश्न पूछने आरम्भ कर दिये। जब उन्हे यह ज्ञात हुआ कि वह समाचार वास्तव मे एक स्वप्न-वृत्तान्त था, और जावा के आसपास प्रालेप नाम के किसी द्वीप का नामोनिशान भी नही है, तो उन्होने ग़ुस्से मे आ कर सैमसन को तुरन्त नौकरी से अलग कर दिया।

अब सम्पादक और मालिक के सामने इस ग़लत समाचार को प्रकाशित करने के लिए क्षमा-याचना करने के अतिरिक्त कोई और उपाय न था, कारण उन्ही के पत्र मे प्रकाशित इस समाचार की नक़ल एक समाचार-एजेन्सी ने दुनिया भर के बड़े-बड़े अखबारो को भेजी थी, और वे सब अखबार प्रालेप द्वीप के नष्ट हो जाने की इस दारुण दुर्घटना का समाचार अपने-अपने मुखपृष्ठों पर प्रकाशित कर चुके थे।

पर, जैसे ही 'बोस्टन ग्लोब' ने भूल-सुधार के साथ क्षमा-याचना की, आस्ट्रेलिया, इंडोनेशिया, द० अमरीका आदि से समाचार मिलने लगे कि हिन्द और प्रशान्त महासागरों में किसी विकट दुर्घटना के कारण आतंककारी ज्वार उठ रहे है, कई जहाज लापता है और हजारों लोग मर गये है। विश्व भर की वेधशालाओं के विशेषज्ञों ने कहा कि सातिशय कम्पन की तीव्र तरंगों ने कुछ समय पहले पृथ्वी की तीन बार परिक्रमा की थी। उन्होंने यह भी कहा कि इतने जबर्दस्त कम्पन का अनुभव पहले कभी नही किया गया था। आस्ट्रेलिया, मैक्सिको के तटवासियो ने कहा कि उन्होने हजारों तोपों की गड़गड़ाहट जैसी आवाज सुनी, जो अवश्य किसी भीषण विस्फोट के कारण हुई होगी।

और कुछ दिन बाद, दुनिया भर के समाचारपत्रों ने यह स्तब्धकारी समाचार

प्रकाशित किया कि २८ अगस्त को, ठीक उसी समय जब सैमसन ने वह सपना देखा था, क्राका-तो-आ ज्वालामुखी के विस्फोट के कारण, इसी नाम का द्वीप, जो सुण्डा जलडमरू मध्य मे स्थित था, सागर में डूब गया। इतनी भयावह दुर्घटना विश्व-इतिहास मे पहले कभी नही हुई थी। पर, मज़ा यह कि सब से पहले उस की सूचना एक स्वप्न ने दी थी। जिस समय यह दुर्घटना घट रही थी, हज़ारों मील दूर बैठा सैमसन उन्हें सपने मे देख रहा था।

यह समाचार मिलते ही, 'बोस्टन-ग्लोब' ने भूल-सुधार का भूल-सुधार प्रकाशित करते हुए अपने संवाददाता सैमसन का चित्र भी मुखपृष्ठ पर छापा। पर पाठकों को नहीं बताया गया कि सैमसन, जिसे नौकरी पर वापस ले लिया गया था, को यह 'स्कूप' (विशेष) समाचार कैसे मिला ?

कुछ साल बाद, इस दुर्घटना का एक और आश्चर्यजनक पहलू दुनिया के सामने आया। सैमसन ने द्वीप का नाम प्रालेप लिखा था, जब कि उस का नाम क्राका-ता-ओ था। पर, हालैंड की इतिहास संस्था ने यह रहस्योद्‌घाटन किया कि क्राका-ता-ओ द्वीप का डेढ सौ साल पुराना नाम 'प्रालेप' ही था। इस प्रकार यह सिद्ध हो गया कि सपने जब कोई समाचार 'प्रेषित' करते है, तब तथ्य की कोई गलती नहीं करते।

हैवलॉक एलिस ने एक बार कहा था : "सपने अपनी ही भाषा मे बोलते है, और हमेशा सच ही बोलते है। यह बात दूसरी है कि हम उस भाषा को ठीक समझ न पायें, या समझ कर भूल जायें।"[1]

जब नियति सपने में साकार होती है

एक प्रमुख मनोवैज्ञानिक डॉ० राइन ने ४००० भविष्यसूचक सपनों का विधिवत् अध्ययन करने के पश्चात् यह मत निर्धारित किया है कि काफी व्यक्तियों को भविष्य-सूचक सपने दिखाई देते है। पर वे या तो इन सपनों को भूल जाते है, या उन्हे संयोग मान कर टाल देते है। डॉ० राइन के अनुसार ऐसे सपने गम्भीर संकट के समय सम्बन्धित व्यक्तियों को दिखाई पड़ते हैं।

अपनी रिपोर्ट मे उन्होंने जिन दर्जनो सपनों का उल्लेख किया है उन मे सब से ज्यादा दिलचस्प और प्रामाणिक सपना शायद वह है जो अमरीका के एक पत्र-कार को दिखाई दिया था। इस सपने मे पत्रकार ने देखा कि हवाई जहाज की एक दुर्घटना मे तीन युवक बुरी तरह घायल हुए है। इन मे से एक युवक दुबला-पतला था, और उस ने एक अफ़सर की यूनीफॉर्म धारण कर रखी थी। सपने मे ही उस ने अपने पास बैठी एक महिला से कहा, "बिली बुरी तरह घायल हो गया है। डॉक्टर को फ़ौरन बुलाना जरूरी है।" इसी समय टेलीफ़ोन की घंटी की आवाज ने पत्रकार को जगा दिया।

---

१. The World of Dreams—Philosophical Library.

फ़ोन पर पत्रकार से उस के रिश्तेदार ने कहा कि "उस की बहन का लड़का बिली ग़ायब है। वह लड़ाई मे गया था, और पिछले कई हफ़्तों से उस की कोई ख़बर नही मिली थी। पत्रकार ने बिली को तब देखा था जब वह बहुत छोटा था। उन्होने रिश्तेदार से पूछा, "क्या बिली दुबला-पतला है और अफ़सर भी है?" रिश्तेदार ने उत्तर दिया, "हाँ।"

इस घटना के चार-पाँच दिन बाद, रिश्तेदार महोदय को सेना के एक अस्पताल से पत्र मिला कि बिली हवाई जहाज़ की एक दुर्घटना मे बुरी तरह घायल हो गया है, और उस के साथ यात्रा करने वाले उस के दो साथी इस दुर्घटना मे काम आये। सपना सच निकला।

सच निकलने वाले सपनों मे एक अन्य रोचक सपने का उल्लेख भी आवश्यक है।

१९१९ में उक्रेंस्की नामक एक विख्यात रूसी नर्तक अपने मित्र पावले के साथ अमरीका के एक प्रसिद्ध आपेरा मे काम कर रहा था। आपेरा का संचालक था कांपानिनी, जो इटली का एक नामी सगीत-निर्देशक था। जिन दिनों उक्रेंस्की इस आपेरा से सम्बद्ध था, उन दिनो कांपानिनी की पत्नी के मन मे आस्करवाइल्ड कृत 'इन्फान्टा' पर आधारित एक संगीत-नाटिका को प्रस्तुत करने का विचार आया।

पर, उक्रेंस्की चाहता था कि इस संगीत-नाटिका से पहले एक अन्य संगीत-नाटिका 'बूद्वार' प्रस्तुत की जाये। 'इन्फान्टा' के प्रस्तुतीकरण मे उस की विशेष रुचि नही थी क्योंकि उस के विचार से 'इन्फान्टा' की कथावस्तु आपेरा के उपयुक्त न थी।

कांपानिनी यूँ उक्रेंस्की का आदर करता था, पर अपनी पत्नी की इच्छा का अनादर भी नही करना चाहता था। अन्त में, काफी सोच-विचार के बाद उस ने एक रास्ता खोज निकाला। उस ने निश्चय किया कि पहले 'बूद्वार' प्रस्तुत किया जाये, और बाद मे 'इन्फान्टा'। इस से उक्रेंस्की भी प्रसन्न रहेगा, और उस की पत्नी भी अप्रसन्न नही होगी।

इस निश्चय के अनुसार, आपेरा ने पहले 'बूद्वार' को प्रस्तुत किया। यह नाटिका अत्यन्त सफल और लोकप्रिय रही। 'बूद्वार' के प्रदर्शन के बाद, आपेरा 'इन्फान्टा' के प्रदर्शन की तैयारी करने लगा। कांपानिनी ने इस नाटिका के संगीत निर्देशन की जिम्मेवारी बाम नाम के प्रसिद्ध संगीत-निर्देशक को सौंपी।

जिन दिनों ये तैयारियाँ चल रही थी, उन्ही दिनों उक्रेंस्की ने एक विचित्र सपना देखा। सपने में उसे दिखाई दिया कि 'इन्फान्टा' का उद्घाटन-समारोह होने को है, और दर्शक बड़ी व्यग्रता से उस के प्रदर्शन की प्रतीक्षा कर रहे है। तभी, सहसा, स्टेज पर मोम की बनी एक मूर्ति कही से आ कर गिरी। उस का एक भाग स्टेज पर रह गया, और दूसरा भाग उस स्थान पर आ कर गिरा जहाँ संगीतकार अपने वाद्ययन्त्रो के साथ बैठे थे। उक्रेंस्की की कुछ समझ मे न आया कि मोम की वह मूर्ति

जो बड़े दिन के अवसर पर 'क्रिसमस ट्री' की चोटी पर लगायी जाती है, कहाँ से और कैसे स्टेज पर आ गिरी। ऐसी मोम की मूर्ति का प्रयोग अधिकतर रूस मे होता है।

अचानक उक्रेंस्की ने सपने में एक अन्य आश्चर्यजनक और दिल दहला देने वाला दृश्य देखा। उस ने देखा कि संगीत-निर्देशक बाम भागा हुआ स्टेज के पीछे गया, और जहाँ पहले संगीतकार अपने वाद्ययन्त्रों के साथ बैठे थे, वहाँ अब कोई नहीं था। वहाँ अब सफ़ेद फूल नजर आते थे, मानो किसी के शव पर फैलाये गये हों।

उक्रेंस्की ने 'इन्फान्टा' का प्रदर्शन १९ दिसम्बर के लिए स्थगित करा दिया। लेकिन, सपने ने जिन तीन अशुभ घटनाओ का संकेत दिया था, वह तब भी नहीं टल पायी। उद्घाटन-दिवस से कुछ घंटे पहले कांपानिनी का सहसा देहान्त हो गया। उस के मित्र उस के शव पर चढ़ाने के लिए जो सफ़ेद फूल लाये थे, उन्हें शव पर चढ़ा दिया गया। पुष्पाच्छादित शव उसी स्थान पर रखा गया जहाँ संगीतकार वाद्ययन्त्रों के साथ बैठते थे। इस बात के अलावा सपने की अन्य दो बातें भी सच हुई। मौत उद्घाटन-समारोह के पूर्व हुई, और कार्यक्रम कांपानिनी की मृत्यु के कारण सचमुच स्थगित हो गया, जैसा कि सपने मे बाम के स्टेज के पीछे भागने के संकेत द्वारा उक्रेंस्की को दिखाई दिया था। हमारे विचार सपनों मे प्रतीकों के माध्यम से भी साकार हो सकते है, यह इस उदाहरण से स्पष्ट हो सकेगा।

रूस के एक नगर मे एक प्रोफ़ेसर पहली बार आया। पहली ही रात को उस ने एक विचित्र सपना देखा। उस ने देखा कि उस का एक सहयोगी प्रोफेसर, जो विज्ञान-अकादमी का सदस्य भी था, हाथ मे एक लम्बा गुलमा लिये, सिपाही की पोशाक मे, सडक के बीचोबीच खड़ा, ट्राफिक का संचालन कर रहा है। इस बेहूदा सपने को प्रोफ़ेसर ने भूलना ही उचित समझा, पर वह आसानी से उस की स्मृति से नहीं उतरा।

कुछ दिन बाद, नगर से बिदा लेते समय, इस 'बेहूदा' सपने की उत्पत्ति का मूल प्रोफ़ेसर की समझ में अनायास आ गया। उसे याद आया कि स्टेशन के रास्ते पर उस ने एक घर के बाहर एक डॉक्टर के नाम का बोर्ड देखा था। डॉक्टर का नाम वही था, जो प्रोफ़ेसर के सहयोगी का था। इन दोनो नामों की साम्यता से उसे जो आश्चर्य हुआ था, वही इस सपने मे उस सिपाही की शक्ल के रूप मे अभिव्यक्त हुआ, जो उसे रोज अपने होटल के कमरे से दिखाई देता था। इतना ही नही, वहाँ से उसे गुलमों की एक दुकान भी रोज दिखाई देती थी। इसी दुकान का एक गुलमा, सपने के कमाल से, सपने के ही सिपाही के हाथ में आ गया।

बेल्जियम की एक आकर्षक युवती ऐनेमेरी की दो आंकाक्षाएँ थी—एक खास युवक से विवाह करना और ऑर्गन बजाने मे कुशलता प्राप्त करना। जब उस युवक ने ऐनेमेरी से विवाह करने की स्वीकृति दे दी, तो उस ने ऑर्गन बजाने का अभ्यास करना बन्द कर दिया।

जिस दिन दोनों का विवाह होने वाला था, उस दिन सुबह को, उस गिरजे का पादरी, जहाँ दोनों का विवाह होने वाला था, ऑर्गन पर 'विवाह-संगीत' का मधुर स्वर सुन कर उस स्थान की ओर गया, जहाँ से यह स्वर आ रहा था। वहाँ पहुँच कर उस ने एक अजीब दृश्य देखा। वधू की पोशाक पहने ऐनेमेरी ऑर्गन पर 'विवाह-संगीत' की मधुर धुन निकाल रही थी। उस के हाथ ऑर्गन पर जरूर चल रहे थे, पर आँखें बिलकुल बन्द थीं, और लगता था कि वह स्वप्नावस्था में है। ऑर्गन पर 'विवाह-संगीत' की इतनी मधुर धुन पादरी ने पहले कभी नहीं सुनी थी। लगता था, कोई विशेषज्ञ और अनुभवी संगीतज्ञ इस धुन को बजा रहा है। ऐनेमेरी तो ऑर्गन बजाने में नौसिखिया थी।

पादरी ने एक व्यक्ति की सहायता से अचेत ऐनेमेरी को उस के घर पहुँचवाया। जागने पर जब उस से ऑर्गन और 'विवाह-संगीत' की धुन के बारे में पूछा गया, तो उस ने इस सम्बन्ध में अपनी अनभिज्ञता जाहिर की। उसे बिलकुल याद न था कि वह कब गिरजा गयी और कब उस ने ऑर्गन बजाया।

बाद में ज्ञात हुआ कि इस घटना से एक घंटा पहले, ऐनेमेरी के प्रेमी ने विवाह करने से इनकार कर दिया था। हताश ऐनेमेरी ने अपनी निराशा को स्वप्नावस्था में वधू की पोशाक पहन कर तथा गिरजे के ऑर्गन पर स्वयं 'विवाह-संगीत' की धुन निकाल कर दूर करने का प्रयत्न किया था। इस अद्भुत प्रयत्न के दौरान ही, वह ऑर्गन पर जैसी मधुर धुन निकाल सकी थी, वैसी धुन निकालना जाग्रतावस्था में उस के लिए सम्भव न होता। सन्तोष की जो अनुभूति ऐनेमेरी को जागते समय नहीं मिली, वह एक दिवास्वप्न में आसानी से मिल गयी।

सचमुच, अपने दिवास्वप्नों में हम कभी-कभी ऐसी कठिन समस्याओं का हल पा लेते हैं, जिन का निवारण हम जाग्रतावस्था में नहीं कर पाते। ऐसे कुछ और उदाहरण प्रस्तुत हैं।

जर्मनी का एक तरुण संगीतज्ञ एक महान् संगीतज्ञ बनना चाहता था। सतत अभ्यास के बावजूद, उस में वह आत्मविश्वास जाग्रत् नहीं हो पाता था, जो एक महान् संगीतज्ञ में होना आवश्यक है। एक दिवास्वप्न ने उसे इस आत्मविश्वास की प्राप्ति करा दी। इस दिवास्वप्न में उस ने देखा कि वह महान् संगीतज्ञ बीथोवन से खुल कर संगीत-विषयक प्रश्नों पर बात कर रहा है।

अमरीका की एक गृहिणी, जिस का विवाह हुए कुछ ही दिन हुए थे, अपने पड़ोसियों से मिलने में बड़ा संकोच करती थी। संकोच के मूल में उस की हीन भावना और यह डर था कि पड़ोसी उस का तिरस्कार करेंगे। एक दिन, उस ने अपने एक दिवास्वप्न में देखा कि वह एक टेलीविज़न-स्टेशन में है, और वहाँ उस से अपने

पडोसियो के बारे मे अपना निःसंकोच मत देने को कहा जा रहा है। उस ने अपने सभी अपरिचित पड़ोसियों के बारे में निर्भीक पर सन्तुलित मत दिये। इस दिवास्वप्न के बाद उसे अपने पड़ोसियों से मिलने-जुलने और बातें करने में कोई संकोच नहीं हुआ।

अमरीका का ही एक सफल व्यापारी सभा-सम्मेलनों में भाषण करने में बड़ा घबराता था। जब-जब उसे ऐसा भाषण करने के मौके मिलते, वह बुरी तरह हकलाने लगता था, और अपने विषय को भी भूल जाता था। एक दिवास्वप्न ने उस की यह परेशानी बडी आसानी से हमेशा के लिए दूर कर दी। इस दिवास्वप्न मे उस ने देखा कि वह एक सफल वक्ता के रूप मे व्यापारियों के एक प्रमुख सम्मेलन में भाषण दे रहा है। उस के भाषण के पश्चात् सपने मे श्रोताओं ने जोर-जोर से तालियाँ बजा कर उसे बधाई दी। इस दिवास्वप्न के पश्चात् उसे सभा-सम्मेलनों मे भाषण देने में कोई कठिनाई नहीं हुई।

ब्रिटेन की एक गृहिणी का समाचार कुछ दिन पहले समाचारपत्रों मे प्रकाशित हुआ था। इस महिला को विवाह से पहले, टारजन की रोमांचपूर्ण कहानियाँ पढ़ने का बडा शौक़ था। धीरे-धीरे उस ने स्वयं को टारजन की प्रेमिका जेन के चरित्र के साथ इतना अधिक आत्मसात् कर लिया कि वह रात के समय, चुपचाप घर से बाहर आ जाती, और बगीचे के पेड़ों पर ऐसे उछलती-कूदती, जैसे टारजन और जेन अपनी कहानियो मे उछलते-कूदते हैं। जाग्रतावस्था मे वह पेड़ पर उछलना-कूदना तो दूर, चढ़ भी नहीं पाती थी। पर, सपने में उसे, बिना किसी पूर्वाभ्यास के, पेड़ो पर उतरने-कूदने मे कोई दिक्क़त नही होती थी। दुर्घटना के भय से उस का पति उस की टाँगें अपनी टाँगों मे बाँध कर सोता था।

अप्रत्याशित भावी घटनाओं का पूर्वदर्शन—सपनों द्वारा

फ्रांस की जनक्रान्ति से पूर्व, वहाँ के डॉ० एल्फ्रेड माउरे (१९१७-७२) को एक अद्भुत स्वप्न दिखाई दिया, जो बाद मे भयंकर रूप से सच तो निकला ही, उसे ले कर करीब १७-१८ साल बाद एक फ्रांसीसी पत्र मे एक परिचर्चा भी हुई, जिस मे भाग लेने वाले सभी विशेषज्ञों ने यह आश्चर्य व्यक्त किया था कि स्वप्न के कुछ क्षणों मे एक व्यक्ति को आने वाली घटनाएँ इतने अचूक और विशद रूप से कैसे दिखाई दे गयी ?

यह व्यक्ति बीमारी के कारण अपने कमरे में लेटा हुआ था। पास मे उस की माँ भी बैठी थी। धीरे-धीरे वह सो गया। सपने मे उस ने देखा कि उस के चारो ओर क़त्लेआम हो रहा है। अन्त मे उसे भी कुछ लोग पकड़ कर जनक्रान्ति-परिषद् के सामने ले गये। वहाँ उस ने अनेक ऐसे परिचित व्यक्तियों को देखा जिन्होंने आगे चल कर सच-मुच इस जनक्रान्ति में भाग लिया। इस परिषद् के सदस्यों ने बहुत से 'अपराधियो' के बयान ले कर उन्हें प्राणदण्ड सुनाया। वह भी इन 'अपराधियो' मे से एक था।

आगे चल कर, उसे वह स्थल दिखाई दिया, जहाँ 'अपराधियों' के सर शिरच्छेद-यन्त्र से काटे जाने वाले थे। वहाँ काफी भीड़ जमा थी। जब उस का नम्बर आया तो उसे उस तख्ते पर ले जाया गया, जहाँ उस का सर काटा जाने वाला था। उसे बाँध कर उस का सर नीचा किया गया, और जल्लाद ने शिरच्छेद-यन्त्र से उस का सर खटाक् से अलग कर दिया। उस ने खुद अपने सर को अपने शरीर से पृथक् होते देखा। ठीक, इसी समय उस की आँखें खुल गयी।

आँखें खुलते ही उस ने पाया कि वह पलंग से नीचे पड़ा है, और पलंग का ऊपरी भाग उस की गर्दन पर ठीक उसी प्रकार आ गिरा है जिस प्रकार शिरच्छेद-यन्त्र का ब्लेड उस की गर्दन पर पडता। बाद में, सपने की यही घटना सचमुच घटी।

ऐसे स्वप्न, जो आने वाली घटनाओं का पूर्व-दर्शन करा सकें, यदा-कदा ही दिखाई पड़ते हैं। अधिकांश स्वप्न तो भूली हुई घटनाओ को ही पुनः साकार करते हैं, जैसे उन्होंने काल रूपी दर्पण पर पड़ी विस्मृति की धूल को हटा दिया हो। ऐसे ही एक स्वप्न ने कुछ साल पहले, इटली के सदियो से जमीन मे गड़े एक नगर का उद्धार करने मे सहायता पहुँचायी थी।

गेला नाम के इस नगर का आदि-निर्माण ईसा के जन्म से लगभग तीन सौ साल पहले हुआ था। बाद मे रेत की कई परतों ने इस नगर को ढाँप कर जमींदोज़ कर दिया। १२३३ मे फ्रैडरिक द्वितीय ने इस का उद्धार कर, इस का नाम तैरानोबा रखा। लेकिन रेत ने फिर इसे नष्ट कर दिया। उस के अधिकाश भाग फिर जमीन मे समा गये। १९४३ मे मित्र-देशो की गोलाबारी के फलस्वरूप इस की कुछ दीवारें ध्वस्त हुईं।

१९४८ मे इंटरलिसी नामक व्यक्ति को एक सपना दिखाई दिया कि उस की अंगूरवाटिका के नीचे एक खज़ाना छिपा पड़ा है। उस की अंगूरवाटिका वहीं थी, जहाँ गेला के ध्वंसावशेष मौजूद थे। उस ने जाग कर अपने बच्चों को इस सपने के बारे मे बताया। सब ने उसे पागल समझा। पर, उसे पूरा विश्वास था कि कोई खज़ाना अवश्य अंगूरवाटिका के नीचे है। उस ने वहाँ खुदाई आरम्भ कर दी।

उसे खुदाई करते देख कर उस के बेटे भी उस के साथ खुदाई करने लगे। कुछ समय बाद उस के सब से बड़े बेटे का फावड़ा किसी कठोर वस्तु से टकराया। कई घंटे की खुदाई के बाद मालूम पड़ा कि यह कठोर वस्तु पत्थर थी। बाद में, खुदाई करते समय पता लगा कि यह पत्थर किसी अत्यन्त प्राचीन मन्दिर के थे। उस के बेटों को बड़ी निराशा हुई कि खजाना नही मिला, इस लिए वे अपने-अपने कामों में लग गये।

पर, इंटरलिसी की खुशी का ठिकाना न था। वह दौड़ा-दौड़ा मेयर के पास गया, और कहने लगा कि उस ने अपनी वाटिका में एक प्राचीन मन्दिर खोज निकाला है। जब मेयर को उस की बात पर विश्वास न हुआ तो वह पुलिस-अधिकारियों के

पास इस आविष्कार का समाचार ले कर गया। लौटते समय, वह सारे रास्ते इस आविष्कार की सूचना चिल्ला-चिल्ला कर नगरवासियों को देता रहा।

कुछ ही दिनों मे इस आविष्कार की खबर सारे इटली मे फैल गयी। एक पुरातत्ववेत्ता प्रोफेसर ग्रिफो ने घटनास्थल पर आ कर पूरी जाँच कर के बताया कि मिले हुए ध्वंसावशेष किसी प्राचीन मन्दिर के नही, गेला (या तैरानोवा) नामक नगर के है। इंटरलिसी को यह जान कर कोई दुःख नही हुआ; उसे तो यही खुशी थी कि उस के सपने के परिणामस्वरूप एक महान् आविष्कार सम्भव हुआ। तब से इस भाग की और ज्यादा खुदाई कर के पुरातत्ववेत्ताओं ने हज़ारों साल पुरानी संस्कृति का पता लगाया है।

कुछ स्वप्न-सृजित चमत्कार

यह तथ्य कि सपनों में वह स्मृतियाँ साकार हो जाती हैं, जो जाग्रतावस्था में चेतन मन की पहुँच के बाहर रहती है, अब सभी मानस-शास्त्रियों द्वारा स्वीकार किया जा चुका है। युरॅप मे १८७८ मे मुरे नामक एक व्यक्ति को दिन मे 'मुसुद्दीन' शब्द बार-बार, अनायास, याद आया। उसे सिर्फ़ इतना ज्ञात था कि यह नाम फ़ास के एक नगर का है, पर उस का सही अता-पता उसे मालूम या याद नहीं था। एक दिन उस ने सपने मे देखा कि वह मुसुद्दीन के एक निवासी से बातें कर रहा है। उस के यह पूछने पर कि मुसुद्दीन कहाँ है, मुसुद्दीन-वासी ने जवाब दिया कि वह एक छोटा सा शहर है, और दर्दोगौन के निकट स्थित है। जागने पर, उस ने भूगोल देखा, तो इस जानकारी को सत्य पाया।

जिस सिलाई की मशीन के बिना आज आप को कपड़े पहनने को न मिल पायें, उस का आविष्कार भी एक सपने में ही पूरा हुआ था। इस के आविष्कारक एलिसहो ने एक सिलाई की मशीन लगभग पूरी कर ली थी। पर उस मे एक खामी रह गयी थी। अभी तक उस ने यह निश्चय नहीं किया था कि उस के कल-पुर्जो के बीच सुई को कहाँ लगाया जाये ताकि सिलाई आसानी से होती रहे। उस ने सुई को कई स्थानों पर लगा कर देखा, पर कही भी वह सन्तोषजनक ढंग से लगती दिखाई नही दे रही थी।

चिन्ता के कारण, वह उस रात सो नही पाया। रात्रि के अन्तिम प्रहर मे जब उसे नीद आयी, तो उस ने एक विचित्र सपना देखा। इस सपने में उस ने देखा कि वह किसी जंगली जाति के राजा का बन्दी है, जो उस से कह रहा है – "यह सिलाई की मशीन तुम्हे आज शाम तक तैयार कर के अवश्य दे देनी होगी।" सपने मे ही वह 'दिन भर' सोचता रहा कि वह कैसे मशीन पूरी करे? जब सपने की शाम हुई तो एक डरावना आदमी हाथ मे भाला लिये उस के पास आया, और उस की नोक उस की छाती के पास ला कर ऊपर-नीचे करते हुए बोला—"बोल अभी तक मशीन

तैयार हुई या नहीं ? नहीं होगी, तो अभी इस भाले से तेरी जान लेता हूँ ।"

भय के मारे उस की आँख खुल गयी । और आँख खुलते ही, एक विचार उस के दिमाग में कौंधा । उस भयंकर सपने ने उस की समस्या हल कर दी थी । उस ने मशीन की सुई का छेद नोक की ओर बनाया, और उसे मशीन मे इस तरह लगाया कि वह खड़ी हुई हालत में सपने के भाले के समान, बराबर ऊपर-नीचे चलती रहे, ताकि सिलाई में कोई बाधा न आने पाये ।

पद्यविभूषण सूर्यनारायण व्यास कुछ समय पहले संस्कृत के एक कठिन काव्य 'अश्वधारो काव्य' का हिन्दी पद्यानुवाद कर रहे थे । १०-११ पद्य पूरे हो जाने के बाद सहसा, क्रम रुक गया, जो अनेक प्रयत्न करने पर भी आगे न बढ़ पाया । अन्तिम पद्य को गुनगुनाते हुए वे सो गये । सपने में उन्हें पद्य का शेष अनुवाद सूझ गया । सपना भंग होते ही उन्होंने सपने में सूझे हुए पद्यानुवाद को लिख डाला । इस के बाद उन्हें इस कार्य को पूरा करने मे कोई कठिनाई अनुभव नही हुई ।

स्वप्न-सृजित एक अन्य चमत्कार का वर्णन व्यासजी ने इस प्रकार किया है : 'मेरे परिवार मे एक नवजात शिशु का अन्न प्राशन होने वाला था । प्रथा के अनुसार यह कार्य पुरानी चाँदी की मुद्रा के माध्यम से आम के पत्ते पर रख कर किया जाता है । एक दिन पूर्व जब सुरक्षित रजत-मुद्रा की खोज की गयी, तो उस का कही पता न चला । मेरी माता ने वह कही रखी थी । लेकिन कुछ महीने पूर्व ही माँ इस दुनिया से चली गयी थी, अब कौन बताये कि वह कहाँ है ? खूब देख-भाल की गयी, पर निराश होना पड़ा । सभी के मन मे यह बात घुटती रही । परन्तु मध्य रात्रि को स्वप्न में आ कर माँ ने कहा—'तुम ने उस अलमारो के अमुक कोने मे देखा ही नही । वहाँ एक छोटी सी पुटलिया के नीचे वह मुद्रा पड़ी है ।' ठीक उसी पोटली के नीचे वह मुद्रा उसी तरह रखी हुई मिल गयी ।

दक्षिणी अफ्रीका की औरेंज नदी के तट पर स्थित 'एल्यूवियल' नाम की हीरे की खान दुनिया की सब से बड़ी हीरे की खान मानी जाती है । इस प्रदेश के गर्वनर सर हैरी विल्सन का कहना है कि क़रीब सौ साल पहले, जब इस खान के बारे मे किसी को कुछ पता न था, उस के निकट रहने वाले एक किसान को लगातार यह सपना दिखाई दिया था कि उस भूभाग मे कही हीरे की खान है । उस की मृत्यु के बाद, उस के सपनों पर विश्वास कर के, उस के मृत्युलेख कार्याधिकारी ने वहाँ खुदाई करायी, और वहाँ सचमुच वह खान निकली । इस से पहले भूगर्भविशेषज्ञों को विश्वास ही न होता था कि वहाँ हीरे निकल सकेंगे ।

साधारण व्यक्तियों के स्वप्नसम्बन्धी असाधारण अनुभव

व्यक्ति महान् हो या साधारण, सपनों में वह अपने प्रति अधिक ईमानदार रहता है । सपनों मे वह प्रिय, अप्रिय सभी सत्यों का, जिन के प्रति वह जाग्रतावस्था में

जान-बूझ कर आँखें मूँदे रहता है, साहसपूर्वक सामना कर, उन के अस्तित्व को स्वीकार करता है। इस के उदाहरण है, साधारण व्यक्तियों के जीवन मे घटी कुछ घटनाएँ, जिन से यह धारणा और अधिक दृढ़ हो जाती है कि मनोवैज्ञानिक अर्थो में स्वप्न सचमुच भविष्यवक्ता हो सकते है।

एरिक फ्राम नामक मनोवैज्ञानिक ने 'विस्मृत-भाषा' नामक अपनी पुस्तक में अमरीका के एक व्यापारी की कहानी सुनायी है, जिस ने व्यापार मे एक व्यक्ति को साझेदार बनाया। इस व्यवस्था के कुछ दिन बाद, उस ने सपने मे देखा कि उस के साझीदार ने उसे धोखा दिया है। उसे इस सपने पर यकीन नही हुआ, पर एक साल के अन्दर ही उस का सपना एकदम सच्चा निकला, और उसे भारी हानि हुई।[1]

फ्राम का कहना है कि यदि वह व्यापारी उस स्वप्न की उपेक्षा न करता, तो वह साझेदारी से अलग हो कर हानि से बच सकता था। ठीक उस छोटे से जहाज के मालिक की भाँति जिस ने एक रात सपना देखा कि उस का जहाज़ एक बड़े जहाज से टकराने जा रहा है। वह चौक कर उठा, और केबिन से बाहर आ कर, चारों ओर देखने लगा। घने कोहरे के बावजूद, दूर-दूर तक उसे कही कोई जहाज नही दिखाई दिया। वह, फिर सो गया। पर, कुछ देर बाद वही सपना उसे फिर दिखाई दिया। इस बार, आँख खुलने पर, उस ने मस्तूल पर चढ़ कर चारो ओर देखा। क़रीब २१ गज की दूरी पर एक बडे जहाज को सचमुच खड़ा देख कर वह दहल गया, और उसे विश्वास हो गया कि जो कुछ उस ने अभी-अभी सपने मे देखा था, वह घटित ही होने जा रहा है। उस ने फ़ौरन भोंपू बजा कर बड़े जहाज़ को अपनी मौजूदगी की सूचना दी, और उस दुर्घटना को बचा लिया, जो कुछ ही मिनटो में होने जा रही थी।

एक स्वप्नविशेषज्ञ ने उपरोक्त दोनो घटनाओं में दरशायी गयी सपनों की भविष्य बतलाने की विलक्षण शक्ति की व्याख्या इस प्रकार की है: 'व्यापारी का अवचेतन मन अपने भागीदार की बेईमानी की प्रवृत्ति से परिचित हो चुका था, और उस ने यह चेतावनी चेतन मन को दी भी थी। पर जब चेतन मन ने इस चेतावनी की उपेक्षा कर दी, तो उस ने इस चेतावनी को स्वप्नों के रूप मे व्यक्त किया। इसी प्रकार, सागर मे बडे जहाज के चलने से उत्पन्न स्पन्दन को छोटे जहाज के मालिक के अवचेतन मन ने ग्रहण कर उस की सूचना सपने के रूप में चेतन मन को दे दी।"

इस धारणा के आधार पर अन्य सपनों की व्याख्या भी सम्भव है।

सपने किस प्रकार दूर घटी हुई किसी अज्ञात घटना पर प्रकाश डाल सकते है, इस के उदाहरण समय-समय पर प्रकाशित होते रहते है।

पंजाब के एक गाँव के एक धनी-मानी व्यक्ति को सपना दिखाई दिया कि उन के पिता, जो उन से कई सौ मील की दूरी पर रहते थे, सपने मे उन से कह रहे है

१. The Forgotten Language .... Eric Fromm . .Rinchait.

कि मैं अब तुम से और इस संसार से विदा ले रहा हूँ। दूसरे दिन, चार बजे उन्हें तार मिला कि उन के पिता की मृत्यु हो गयी है।

दिल्ली के एक सज्जन को सपना दिखाई दिया कि वे अपने एक मित्र के घर में है, जहाँ उन का मित्र उन्हे एक बडे गिलास मे हल्दी मिला दूध पिलाते हुए कह रहा है – "दुर्घटना की वजह से अभी तुम्हारी तबियत ठीक नही है। दूध पी कर थोड़ी देर आराम कर लो।" जैसे ही वह दूध पी रहे थे, उन की आँख खुल गयी।

अगले दिन, सचमुच ही वह दुर्घटनाग्रस्त होते-होते बाल-बाल बचे। जब वे दुर्घटना-स्थल से घर लौट कर आराम कर रहे थे, तो उन्हें यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि उन का वही मित्र, जिसे उन्होंने सपने मे देखा था, हाथ में एक बड़ा गिलास लिये खडा है, और उन्हें हल्दी मिला दूध पीने को कह रहा है।

मण्डला के एक अध्यापक को एक अस्पष्ट-सा अशुभ स्वप्न दिखाई दिया। अगले दिन, उन की बेटी को सपने में स्पष्ट दिखाई दिया कि वह, उस की छोटी बहन और एक सहेली नर्मदा मे डूब गये है। उसी दिन, काफ़ी सावधानी के बावजूद, वे तीनों लडकियाँ ठीक उसी प्रकार नर्मदा मे डूब गयीं, जैसा उन मे से एक को सपने मे दिखाई दिया था।

पंजाब के एक संस्थान के निर्देशक को उन के एक मित्र ने लिखा कि वे आगामी रविवार को संस्थान देखने के लिए आ रहे है। निर्देशक महोदय ने उन्हे किसी और दिन आने को कहा, कारण रविवार को संस्थान बन्द रहता है। पर, मित्र महोदय ने लिखा कि उन्हे अन्य कोई दिन अनुकूल नहीं पडता। शनिवार की शाम को निर्देशक महोदय ने सपने मे देखा कि मित्र महोदय संस्थान मे आ पहुँचे है। आश्चर्य से उन्होंने आँखें खोल दी, और यह देख कर उन का आश्चर्य और अधिक बढ गया कि मित्र महोदय उन के सामने ही खडे थे।

मथुरा मे एक महिला की नौकरानी अचानक ग़ायब हो गयी। कही पता न चला कि वह कहाँ चली गयी। एक दिन उन्हे सपने मे दिखाई दिया कि एक व्यक्ति नौकरानी को जबरन अपने साथ लिये जा रहा है। जागने पर उन्होंने उस व्यक्ति को याद करने की कोशिश की तो याद आया कि वह व्यक्ति कई साल पहले उन के यहाँ नौकर रह चुका था, और अपनी मर्ज़ी से नौकरी छोड़ कर गया था। उस नौकर का पता लगाया गया, और वह नौकरानी सचमुच वही निकली।

गोरखपुर में दो बहनो को, जो अलग-अलग मुहल्लों मे ब्याही थीं, एक ही सपना दिखाई दिया कि उन के भाई लखनऊ से आये हैं। यद्यपि भाई के आने की कोई आशा न थी, फिर भी, जैसे इस सपने को सच्चा सिद्ध करने के लिए ही, वे अगले दिन घर पर दिखाई दिये।

लाहौर मे एक व्यक्ति ने अपने बडे भाई के एकमात्र पुत्र की इस उद्देश्य से हत्या कर दी कि इस प्रकार वह अपने भाई की सम्पत्ति का उत्तराधिकारी बन जायेगा।

कुछ दिन बाद, उस लड़के की माँ ने सपने मे देखा कि उस की हत्या उस के चाचा ने की है, और अब उस का शव रावी के किनारे दबा पड़ा है। पुलिस में रिपोर्ट की गयी, और सचमुच जहाँ लडके ने सपने मे बताया था कि उस का शव दबा पड़ा है, ठीक वहीं उस का शव मिला। चाचा को फौरन गिरफ़्तार कर लिया गया।

इसी प्रकार, पंजाब की एक अन्य माँ को भी अपनी एक पुत्री की हत्या का सूत्र सपने मे ही ज्ञात हुआ था। एक साधु उस की दो लड़कियो को भगा कर ले गया। उन मे से एक की हत्या कर के, उस का शव उस ने नदी मे बहा दिया, और दूसरी को उस ने एक एकान्त कोठरी में ले जा कर बन्द किया।

लड़कियो के सम्बन्धियो और पुलिस ने उन की काफी खोज की, पर लड़कियों का कोई पता न चला। कुछ दिन बाद, जीवित लड़की ने सपने मे अपनी माँ से कहा कि वह एक एकान्त कोठरी मे पड़ी है। उस कोठरी का पता बताते हुए उस साधु का हुलिया भी बताया, जो उसे और उस की बहन को भगा कर ले गया था, और जिस ने उस की बहन की हत्या कर, उस का शव नदी मे बहा दिया था। इस सपने की रिपोर्ट के आधार पर पुलिस ने उस साधु को पकड़ा, कोठरी मे बन्द लड़की का उद्धार किया, और नदी से मृत लड़की का शव खोज निकाला।

बिलासपुर की एक चावल-मिल मे काम करने वाला एक व्यक्ति गूँगेपन से मुक्ति पाने के लिए एक सपने का कृतज्ञ है। यह व्यक्ति पिछले बारह वर्षों से गूँगा था। एक दिन उस ने सपने मे देखा कि कोई उस की गर्दन दबोचने की कोशिश कर रहा है। डर के मारे, वह सपने मे ही चिल्ला उठा, और तब से अच्छी तरह बोलता है।

ब्रिटेन के मानसशास्त्री हैडफील्ड के एक रोगी को कई बार एक ही सपना दिखाई दिया कि उसे पक्षाघात हो चुका है। इस के कुछ दिन बाद, उसे सचमुच ही पक्षाघात का दौरा पड़ा। बाद मे, हैडफील्ड को ज्ञात हुआ कि उस रोगी को जन्म से ही सूजाक की बीमारी थी, और उसी के कारण उसे पक्षाघात हुआ था। उस के स्वप्न की व्याख्या करते हुए हैडफील्ड ने लिखा : "रोगी का अन्तर्मन इस तथ्य से परिचित था कि नींद मे उसे कभी-कभी पक्षाघात के हल्के दौरे पड़ते है, और यही संकेत उस ने स्वप्न के माध्यम से जाग्रत् मन को दिया था।"

सपनों के छद्म पर सच्चे प्रतीक

वास्तव में, अन्तर्मन के गहरे और अँधेरे कूपों में ऐसी अनेक कामनाएँ, आशंकाएँ और सहज प्रवृत्तियाँ छिपी पड़ी रहती हैं, जो दिन में, विवेक के डर से अपना सिर नही उठा पाती, पर सपनों मे निर्द्वन्द्व हो कर प्रकट होती है।

खोयी हुई यादों को अवचेतन के अँधेरे तलों से उजागर करने के लिए स्वप्न से बढ़ कर कोई माध्यम नही। ज्ञात और अज्ञात असल में एक ही सिक्के के दो पहलू है। जो कल तक अज्ञात था, अवचेतन की मेहरबानी से आज तक वह ज्ञात है। पर,

आदमी जितना ज्यादा जानता जाता है, उस के अज्ञान का विस्तार भी उसी अनुपात मे बढ़ता जाता है। कारण, हमारा अवचेतन अज्ञात स्मृतियों और बातों का अथाह भण्डार है।

संथालपरगना के एक युवक को अपनी प्रेयसी से अत्यन्त प्रेम था, और वह उसे स्वास्थ्य और सौन्दर्य का अवतार मानता था। सहसा, उस ने कई बार सपनों मे देखा कि उस की प्रेयसी की मृत्यु हो गयी है। इस भयंकर स्वप्न ने उसे काफी समय तक ग्रस्त और परेशान रखा। पर, कुछ समय बाद उस की प्रेयसी सचमुच चल बसी, और वह भी घुल-घुल कर।

एक मानसशास्त्री उस युवक से पूछताछ कर के इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि युवक को अपनी प्रेयसी के बारे मे यह पता चल गया था कि कुछ लोग उस के बारे मे एक गम्भीर बात छिपाने की कोशिश कर रहे है। लेकिन, अन्धे प्रेम के कारण उस ने इस बात को जानने का प्रयत्न नही किया। उस का अवचेतन मन इस खतरे से परिचित था, और सपने में मौत की घंटी बजा कर उस ने युवक को इस बारे मे सावधान किया।

ऐसी ही एक घटना एक लड़की के साथ घटी थी, जो गुप्त रूप से अपने पिता को ही सब से अधिक प्यार करती थी।

हमारी दमित और अज्ञात मनोवृत्तियाँ सपनों मे किस प्रकार मूर्त रूप धारण करती हैं, इस का एक उदाहरण कार्लजुंग ने भी प्रस्तुत किया है। उन के एक मित्र पर्वतारोही थे, और प्रायः जुंग की इस धारणा का मजाक़ उड़ाया करते थे कि सपने भावी घटनाओं का आभास दे सकते है। एक दिन, उन्होने जुंग से कहा कि उन्हें पर्वतारोहण सम्बन्धी एक सपना पिछली रात को दिखाई दिया था। जुंग ने जब वह सपना सुनाने को कहा, तो वे बोले : "मैं ने देखा कि मैं आल्प्स की एक ऊँची चोटी पर पहुँच गया हूँ और वहाँ पहुँच कर मुझे बडी प्रसन्नता हो रही है। हर्षातिरेक मे मैं ने निश्चय किया कि वहाँ से सहज ही अन्तरिक्ष पार कर, स्वर्ग मे प्रवेश करना चाहिए। पर, यह निश्चय पूरा नही हुआ, क्योंकि तभी मेरी आँखें खुल गयी।"

स्वप्न सुन कर जुंग जान गये कि पर्वतारोही मित्र के अन्तर्मन में आत्महत्या करने का विचार गुप्त रूप से जन्म ले रहा है, और अन्तर्मन ने इसी गुप्त कामना का संकेत चेतन मन को स्वप्न के जरिये दिया है। उन्होंने मित्र को सलाह दी कि वे कभी पर्वतारोहण के लिए अकेले न जायें। मित्र ने उस की इस सलाह को हँसी में टाल दिया। लेकिन, कुछ ही दिन बीते थे कि जुंग को दुःखद समाचार मिला कि उन के पर्वतारोही मित्र एक चोटी पर से गिर कर मर गये। एक वन-रक्षक, जिस ने इस दुर्घटना को अपनी आँखों से देखा था, बताया कि वे जानबूझ कर चोटी से गिरे थे।

सपनों की भविष्यवाणी के विषय मे एक अन्य मानसशास्त्री का कहना है—"जाग्रतावस्था मे हमारा मन प्रायः अहंकार, विवेक, आशंकाओं, शिष्टाचार आदि अनेक

बन्धनों से जकडे रहने के कारण, न तो वस्तुस्थिति का सही अध्ययन ही कर पाता है, और न ही कोई सही निश्चय हो ले पाता है। पर, नींद और सपनों में ये बन्धन नही रहते, और इसीलिए इन दोनों अवस्थाओं में हम वर्तमान और भविष्य का सही अनुमान लगा सकते है।"

कभी-कभी तो सपनो में सुव्यक्त और स्पष्ट संकेत भी दिखाई देते है, जैसा कि एण्ड्र्यू लैंग नामक लेखक द्वारा वर्णित इस प्रसंग से जाहिर है :

"एक बैरिस्टर महोदय एक रात कुछ पत्र लिखने के लिए उठे। साढे बारह बजे के करीब सब पत्र पूरे कर के वे उन्हें लेटरबॉक्स में डालने गये। घर लौटने पर, कपड़े बदलते हुए उन्हें याद आया कि बडी राशि का एक चेक, जो उन्हें उसी दिन मिला था, कही नही मिल रहा है। काफी ढूँढ़ने पर भी वह चेक उन्हे नही मिला। लेकिन, सपने मे उन्होंने चेक को अपने घर और लेटरबॉक्स के बीच एक स्थान पर पड़े पाया। वे फ़ौरन उठे और कपड़े पहन कर बाहर आये। सचमुच चेक वही पड़ा था, जहाँ उन्होंने उसे सपने मे पडे देखा था।

एक स्वप्नशास्त्री इस स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार करते है : "लेटरबॉक्स जाते समय चेक उन की जेब से गिर पड़ा था, पर इस बात का भान सिर्फ उन के अवचेतन मन को ही था, जिस ने इस की सूचना चेतन मन को सपने के ज़रिये दे दी।"

अवचेतन मन आने वाली असफलता की सूचना भी कभी-कभी सपनो के छद्म प्रतीकों द्वारा चेतन मन को दे देता है। १९६५ की भारत-सुन्दरी जो विश्वसुन्दरी की प्रतियोगिता मे गयी थी, पर विश्वसुन्दरी न बन पायी, का एक सपना, जो उन्हे प्रतियोगिता से ठीक एक दिन पहले आया था, इस बात की पुष्टि करता दीखता है।

सपने मे उन्होंने देखा कि गिर जाने से उन की टाँग घायल हो गयी है, और प्रतियोगिता के आयोजक उन से कह रहे है कि वे प्रतियोगिता मे शामिल न हो पायेंगी। वे उन से प्रार्थना करती है कि उन्हे अवसर अवश्य दिया जाये, और वे सारी रात चलने का अभ्यास कर के अपनी टाँग स्वस्थ कर लेंगी। ऐसा करने पर भी वे स्वस्थ नही हो पाती, और डॉक्टर उन्हें प्रतियोगिता मे भाग न लेने को कहता है। पर, वे निराश नही होती, और पुनः चलते रहने का असफल प्रयत्न करती है। सपने के अन्तिम भाग मे वे देखती है कि दर्शक उन्हे मंच पर देख रहे है, पर वे गिर रही है। एक बलिष्ठ हाथ सहसा उन्हें ऊपर उठा लेता है, और तुरही के तीव्र स्वर और एक समझ में न आने वाली घोषणा के बीच वे धड़ाम से गिर पड़ती है।

हालीवुड के विख्यात अभिनेता नोवारो को एक बार एक विचित्र अनुभव हुआ था। एक बार जब वह किसी क़स्बे के एक होटल मे ठहरा था, तब एक अजीब मामला उस के सामने आया। होटल के मालिक की मृत्यु कुछ दिन पहले हुई थी, और वह अपनी सारी सम्पत्ति अपने दोनों बेटों को सौंप गया था। मगर जिस वसीयतनामे

के अनुसार सम्पत्ति का विभाजन होने वाला था, वह दुर्भाग्य से कहीं खो गया था। इस बात का लाभ उठा कर बड़ा भाई छोटे भाई को, जो अत्यन्त निरीह और सुशील व्यक्ति था, परेशान कर रहा था। छोटे भाई ने नोवारो से सहायता की याचना की, पर नोवारो की समझ मे न आता था कि वह किस प्रकार उस बेचारे की मदद करे। इसी समय, एक सपने ने नोवारो और छोटे भाई की सहायता की।

इस अजीबोग़रीब सपने में नोवारो ने देखा कि कोई होटल के उस के कमरे के आले के दायें कोने को बार-बार किसी चीज़ से ठोक रहा है। वह चकित हो कर उठा, और उस आले को खोजने लगा। शीघ्र ही आले के दायें कोने मे उसे वह वसीयतनामा मिल गया, जो खो गया था, और काफी ढूँढने पर भी नही मिला था। इस वसीयत-नामे के मिल जाने पर सारी समस्या आसानी से हल हो गयी, और सम्पत्ति वसीयतनामे के निर्देशों के अनुसार विभाजित कर दी गयी।

क्या सपने रोगों की भविष्यवाणी कर सकते हैं ?

क्या सपनों द्वारा रोगों की भविष्यवाणी सम्भव है ?

हजारो साल पहले, मिस्र में मानसिक तनावों से पीडित रोगियों के मन को शान्ति प्रदान करने के लिए, उन्हे वहाँ के स्वप्न-मन्दिरों मे सुलाया जाता था। इस विधि को निद्रा-चिकित्सा (Hypnotherapy) कहा जाता है।

प्राचीन काल के यूनानियो की भी निद्रा-चिकित्सा में गहरी आस्था थी।

२३०० वर्ष पूर्व, यूनानी दार्शनिक अरस्तू ने कहा था, "अनेक रोगों का निदान और उपचार सपनों द्वारा ही सम्भव है।" उन्होने एक स्थान पर 'भाग्यपूर्ण सपनों' के अर्थ भी समझाये है।

यूनान के प्राचीन निपक हिप्पोक्रेटीज ने भी सपनों की रोग-नैदानिक सम्भाव-नाओं का उल्लेख किया है। उन के अनुसार, "स्वस्थ व्यक्ति के सपने उस के पुराने अनुभवों को ज्यों का त्यो दुहरा सकते हैं। पर, जैसे ही सपने इन अनुभवो को दुहराना बन्द कर दें, और विकृत हो जाये, तो समझ लेना चाहिए कि स्वप्नदर्शी रोगी है। उसे कैसा रोग है, और किस मात्रा मे है, इस का अनुमान चिकित्सक सपनो के सही विश्ले-षण से कर सकता है। इस विश्लेषण से चिकित्सक यह भी जान सकता है कि रोगी के जीवन मे किन वस्तुओ की कमी है, जिन्हे पूरा कर के उस के सपनों को पुनः सुखद और स्वाभाविक बनाया जा सकता है।"

यूनान के चिकित्सा के देवता हैं—अपोलो-पुत्र ऐसकुलापियस (Aescula-pius)। आज से प्रायः ढाई हजार साल पहले, इन के मन्दिर यूनान में सर्वत्र फैले थे। इन मन्दिरो मे रोगियों के उपचार के लिए सूर्य-चिकित्सा, आहार-चिकित्सा, जल-चिकित्सा, संगीतोपचार, शरीर-मर्दन, उपवास आदि विधियों का सहारा लिया जाता था। मानसिक रोगियों के लिए 'निद्रा-चिकित्सा' (Hypnotherapy) की व्यवस्था

थी। ऐसे रोगियों को कई दिन तक उपवास कराने के बाद, विशेष कक्षों मे सुला दिया जाता था। सोने से पूर्व, चिकित्सक उन्हें मस्तिष्क को शिथिल कर के सपने देखने की सलाह देते थे। उन का विश्वास था कि प्रत्येक मानसिक रोगी अपने रोग के सपने अवश्य देखता है। उन का यह भी विश्वास था कि उन सपनों के बारे मे जान कर के रोग का सही निदान और उपचार सम्भव है।

आधुनिक काल में इस क्षेत्र मे सर्वाधिक उल्लेखनीय कार्य किया है, रूस के स्वप्नशास्त्री डॉक्टर वासिली ने। २८ वर्ष तक विभिन्न वर्गो के सैकड़ों रोगियों और स्वस्थ व्यक्तियों के चार हजार से अधिक सपनों पर शोध करने के बाद वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे है कि सपनों के आधार पर कुछ रोगों की सम्भावना के बारे मे जानना सम्भव है।

डॉक्टर वासिली के कथनानुसार वैज्ञानिकों ने यह सिद्ध कर दिया है कि मस्तिष्क मे शरीर मे घटने वाली सूक्ष्मतम क्रियाओ को जान लेने की असाधारण क्षमता है। इतना ही नहीं, वह चारो ओर के वातावरण और परिस्थितियों की बारीकियों को समझ कर ऐसे उपाय भी सुझा देता है, जिन की सहायता से भावी दुर्घटनाओं और कष्टों से बचा जा सकता है। ये उपाय मस्तिष्क प्रायः सपनों के प्रतीकों के माध्यम से बताता है।

सपनो के प्रतीकों के माध्यम से मस्तिष्क शारीरिक रोगों की पूर्वसूचना भी दे सकते है। अनुभवी डॉक्टरों का कहना है कि सर्दी के बुखार, नजला, फुंसी, फोड़े आदि रोगों के आक्रमण का संकेत सपनो द्वारा एक-दो रात पहले मिल जाता है। इस से गम्भीर रोगो—जैसे, संग्रहणी, मिरगी आदि का पूर्वाभास सपनों के प्रतीको के माध्यम से पाँच-छह दिन पहले हो जाता है। तपेदिक़, कैंसर जैसे दुःसाध्य रोगों के आने का पूर्वसंकेत सपने दो-तीन महीने पहले ही दे देते है। यह दूसरी बात है कि रोगी इस संकेत को समझ न पाये, या उसे भुला दे।

तपेदिक़ तथा अन्य श्वास रोगों के आने का पूर्व संकेत जिस भाँति के सपनो से मिलता है, उन मे रोगी डूबते हुए या पर्वत पर चढ़ते समय अपनी साँस फूली हुई देखता है। दिल के दौरे जिस रोगी को आने वाले होते है, उसे काफी पहले से सपने मे किसी न किसी परिस्थिति में अपना दिल बैठता दिखाई पड़ने लगता है।

आँतो के भावी रोगी को सपने मे कच्चा या सड़ा-गला भोजन दिखाई पड़ सकता है। जब फ़्लू का प्रकोप होने वाला हो, तो उस का प्रारम्भ ऐसे सपने से हो सकता है, जिस मे रोगी अपने को ठंडे पानी मे देर तक भीगता देखे।

मानसिक रोग 'स्वप्न-चिकित्सा' से कैसे ठीक हो जाते है, इस बारे मे स्वप्न-विशेषज्ञ मानस-रोग-चिकित्सकों का कहना है कि प्रायः सभी मानसिक रोगों के मूल मे मन के विकार होते हैं। ये विकार सपनों मे उभर कर आते है। इन सपनों पर अपना ध्यान केन्द्रित कर के (स्वयं या मानस-रोग-विशेषज्ञ की सहायता से) रोगी

यह जान जाता है कि उस का रोग स्वयं उस के भ्रान्त विचारों का परिणाम है। एक बार उसे यह अनुभूति हुई कि वह उन विचारों से मुक्ति पा कर अपने को रोग-मुक्त भी कर सकता है।

रोगसम्बन्धी सपने प्रायः खौफ़नाक होते हैं, पर उन का सीधा सम्बन्ध शरीर के उस अवयव से होता है, जो रोग से पीड़ित होता है। पर, इन सपनों के अर्थ समझने में काफ़ी चतुराई की आवश्यकता होती है। यदि स्वयं ऐसे अर्थ न लगा सकें, तो किसी कुशल मनोचिकित्सक या स्वप्नशास्त्री की सहायता लेनी चाहिए।

यदि रोगावस्था मे रोगी कोई सपने न देखे, तो क्या समझना चाहिए ?

डॉक्टर कसाल्किन का कहना है, "ऐसी अवस्था मे सपने न दिखाई देना इस बात का संकेत है कि कपाल के अन्दर गम्भीर तनाव है। ऐसी दशा मे रोगी को किसी डॉक्टर को दिखाना चाहिए। इसी प्रकार अनिद्रा का सीधा सम्बन्ध स्नायु-प्रणाली से है। यह रोग उचित चिकित्सा से दूर किया जा सकता है। अन्त मे, मैं इस बात पर जोर देना चाहता हूँ कि यद्यपि सपने रोगों का निदान खोजने मे बड़े सहायक हो सकते हैं, पर उन का विश्लेषण अनुभवी मनश्चिकित्सक को ही करना चाहिए।"

कार्ल शेरनल नामक स्वप्न-विशेषज्ञ का कहना है कि प्रत्येक मानसिक या शारीरिक विकार एक विशिष्ट प्रकार के सपने को जन्म देता है। वे यह भी मानते है कि कल्पनाशक्ति की भाँति हमारे सपने तथ्यों पर आधारित तो होते हैं, पर उन की सीमाओं मे बँधे नही रहते।

इस सम्बन्ध मे हेवलॉक एलिस का मत है कि "प्रत्येक स्वप्न विगत काल की संचित अनुभूतियों और शारीरिक विकारों के योग का परिणाम होता है।…सपने इस तथ्य की पुष्टि भी करते है कि हमारी प्रज्ञा हमारी भावनाओ के हाथ का खिलौना भर है।"[१]

अगले खण्ड मे हम ने उदाहरणों सहित यही दर्शाने का प्रयास किया है कि कला का आरम्भ वहाँ होता है, जहाँ सपनो का अन्त होता है।

---

१. The World of Dreams—Philosophical Library

स्वप्नों के हाथ सर्जक की लेखनी

सपनों और कला में अनेक साम्य है। एक साम्य तो यही है कि दोनो को भावात्मक प्रश्नों के प्रस्तुतीकरण में प्रतीकों पर निर्भर रहना पडता है। दूसरा साम्य शिलर के अनुसार है, "जहाँ स्वप्न समाप्त होते है, वही कला की शुरुआत होती है।"

वाल्तेयर ठीक ही कह गये है : "किसी भी सिद्धान्त का सहारा ले कर सोचना आरम्भ कीजिए, अन्त में आप को इस नतीजे पर पहुँचने को मजबूर होना पडेगा कि सब नयी कल्पनाएँ, सब नये विचार हमे सपनो से ही प्राप्त होते हैं।"

स्वप्नों और साहित्य का सीधा सम्बन्ध

शायद यही कारण था कि प्राचीन यूनानी नाटककार रंगमंच के स्वप्नलोक का ही विस्तार मानते थे। यूनानी रंगमंच के जन्मदाता, कवि, अभिनेता और नाटककार ऐसशीलुस (Aeschylus) (५२५-४५६ ई० पू०) पहले यूरॅपीय थे, जिन्होंने नाटक मे सपनों का प्रयोग किया। होमर के अनुसार (ओडिसी, ८, ४८१), "मन्दिरों में धार्मिक विधियों से प्राप्त सपनों और तत्कालीन नाटकों और काव्यो में सीधा और गहरा सम्बन्ध था। 'ओडिसी' मे पेनीलोप को सपने मे दिखाई देता है कि वह अपनी बहन से बातें कर रही है। 'इलियड' का ज़ियस देवता का वह सपना भी विख्यात है, जो वे ॲगमेमनन (Agamemnon) को 'भेजते' है, ताकि वह धोखे में आ कर ट्रॉय से जोखिम भरा युद्ध आरम्भ कर दे।[१]

होमर सपनों का प्रयोग अपने कथानकों को सजाने में नही, उन्हें आगे बढ़ाने के लिए करते थे।[२]

सपनों और नाटक के सीधे सम्बन्ध की गवाही यह तथ्य भी देता है कि यूरॅप की एक प्राचीन भाषा मे 'ड्रीम' (नींद) के लिए 'ड्राम' शब्द का, जिस से 'ड्रामा' शब्द निकला है, प्रयोग होता है।

---

१. The Dreams in Homer and Greek Tragedy—Columbia Univ. Press.
२. Ibid.

प्रत्येक सृजनशील कलाकार अपने कला-माध्यम की सीमाओं के बंधन से मुक्त रहना चाहता है। कारण, वह चाहता है कि उस की कला सदा उस कालातीत, पेचीदगीपूर्ण पर मूलतः सरल सर्वव्यापकता को अभिव्यक्त करे, जो युंग के अनुसार प्रत्येक चेतन व्यक्ति के अवचेतन मन में विद्यमान रहती है। इस सर्वव्यापकता (Universality) के प्रतीक कलाकार को उस का अवचेतन मन सपनों के माध्यम से ही प्रदान करता है।[1]

इस सर्वव्यापकता, जिसे जुंग 'सामूहिक अवचेतन मन' (Collective Unconscious) के नाम से पुकारते थे। ये दर्शन हमें रोमाँ रोलाँ के 'यात्रा का अंत' नामक रचना में होते है। नायक ज्याँ क्रास्तोफ़ मृत्युशय्या पर पड़ा सपने में वह कमरा देखता है, जिस मे उस का बचपन बीता था। इस के बाद, वह अपने को अपने एक साथी के साथ (जो स्वयं उसी का प्रतिरूप है), एक नदी में यात्रा करते देखता है। क्रॉस्तोफ अपने साथी से पूछता है, "तुम कौन हो ?" उसे उत्तर मिलता है, "मैं वह दिन हूँ जिस का जन्म शीघ्र होगा।" नदी मे यात्रा करते समय क्रास्तोफ़ का साथी उस से कहता है, "द्वार खुल गये है····नये-नये स्थलो के दर्शन होंगे····पर यह अन्त नहीं है · हम दोनों वहाँ जा रहे है जहाँ हम दोनों फिर एक ओर हो जायेंगे।"

नीत्शे ने भी अपनी रचनाओं में मनोरथसृष्टि द्वारा 'अहं' की विवेचना की है। ID (मूल प्रवृत्त्यात्मक संवेग) शब्द उन्हीं का गढ़ा हुआ है।

१८८० में, शायद आधुनिक विश्व-साहित्य के इतिहास मे पहली बार, एक लेखक, फ्लावर्त ने "Temptation of St Anthony" मे असामान्य विज्ञान में रुचि ली, और पहली बार, एक साहित्यिक कृति मे चेतन मन को सुबोध रूप में प्रस्तुत किया। इस के क़रीब आठ साल बाद, महान् रूसी उपन्यास 'ब्रदर कार्माजोव' सामने आया। इस में दास्तोवस्की ने, जिन्हे साहित्य में असामान्य मनोविज्ञान की पुट देने की दिशा में अग्रणी माना जा सकता है, आधुनिक साहित्य का सर्वाधिक साहित्यिक स्वप्न, इवान कार्माजोव का, जो "शैतान से बातें करता है।"

दास्तोवस्की ने अपनी कृतियों में चेतन मन के स्तर पर दृश्यमान विचार-प्रवाह को हूबहू प्रस्तुत करने की शैली को (जिसका प्रयोग आधुनिक मानस-रोग-विशेषज्ञ मानस-रोगियों के मनोविश्लेषण के लिए करते है) पहली बार अपनाया। पचास वर्ष बाद, 'यूलिसिस' मे इसी शैली का अधिक स्वतंत्र और विस्तृत प्रयोग हुआ।

सपनों को अनुकृतियाँ—ये कथाकृतियाँ

टालसटाय की प्रसिद्ध कहानी 'तुषारझंझा' उनके एक वास्तविक स्वप्न पर आधारित है। यह स्वप्न उन्होंने शीत काल मे की गयी एक यात्रा के दौरान देखा था। स्वप्न मे उन्हें जिस असह्य कष्ट की अनुभूति हुई थी, उसी को उन्होंने कहानी के नायक

१. Modern Man in Search of a Soul—Ed. Warner Taylor (Harcourt, Brace & Co)

के इन शब्दों मे साकार किया है : "मैं सोया हुआ था, फिर भी गाड़ी में लगी घंटियों की आवाज साफ़ सुनाई दे रही थी। क्रमशः यह आवाज़, अनायास, कुत्ते के भूँकने की आवाज़ मे बदल गयी। कुछ देर बाद, इस आवाज के स्थान पर मुझे एक परिचित स्वर सुनाई देने लगा—'ऑर्गन' का स्वर। और, कुछ क्षण बाद यही स्वर फ्रेंच भाषा की उन काव्य-पंक्तियों के रूप में परिवर्तित हो गया जो इस स्वप्न से पूर्व, मेरे मन में तैर रही थी। अंत में, यह स्वर एक ऐसे कष्टदायक यंत्र के रूप मे बदल गया, जिस के कारण मुझे अपने दायें पाँव में असह्य पीड़ा अनुभव होने लगी। आश्चर्य इस बात का था कि जब मैं उठा, तब सचमुच यह पीड़ा मुझे अनुभव हो रही थी। पाँव जम भी गया था जब कि सोने से पहले वह एकदम स्वस्थ था।"

प्रायः सभी सृजनशील लेखकों ने यह मत व्यक्त किया है कि उन की रचनाओं मे जिन तीव्र संवेदनाओं, पीड़ाओं, सुखोपलब्धि तथा अतृप्त भावों के दर्शन होते है, उन मे से अधिकांश की क्षणिक अनुभूति उन्हें सपनों मे ही हुई थी। कारण स्पष्ट है। जाग्रतावस्था में चेतन मन अन्तर की उन गहराइयों मे प्रवेश नहीं कर पाता, जिन मे हमारा अवचेतन मन स्वप्नावस्था मे सहज प्रवेश कर लेता है।

प्रख्यात रूसी कवि लेखक पुश्किन की काव्यकृति 'बख्शी सराय का निर्झर' में एक क्लीब को जिन विचित्र अनुभूतियों तथा तीव्र और दारुण कष्टों के दौर से गुजरना पड़ता है, उन से पुश्किन का साक्षात्कार एक सपने में ही हुआ था। एक अन्य रूसी लेखक वी० कारोलेन्को ने 'माकर का स्वप्न' नामक अपनी कहानी में एक निर्धन, निराशान्ध तथा पददलित किसान की यातनाओं तथा आकांक्षाओं का बड़ा ही सजीव वर्णन किया है। यह अद्वितीय कहानी स्वयं लेखक के एक स्वप्न की ही अनुकृति है।

टाल्सटाय की असाधारण कृति 'अन्ना कैरीना' मे एक सपने के माध्यम से अन्ना के आतरिक संघर्ष का चित्रण किया गया है। अन्ना, जो अपने पति के अतिरिक्त व्रान्सकी से भी प्रेम करती है, सपने मे देखती है कि व्रान्सकी उस का दूसरा पति है, और अपने पहले पति के सामने ही उसे प्यार करता है, तथा उस का वास्तविक पति इस प्रेम-प्रदर्शन से बिलकुल नाराज नही होता। अन्ना इस 'व्यवस्था' से अत्यन्त प्रसन्न है, क्योंकि उस ने बड़ी आसानी से उसके जीवन की उग्रतम समस्या का हल कर दिया है।

एक दुःस्वप्न : एक उपन्यास की आधारभूमि

और अब सुनिए एक ऐसे भयानक स्वप्न की कहानी जो एक लोकप्रिय उपन्यास के कथानक का आधार बना। इस उपन्यास के लेखक मॉर्गन राबर्ट्सन ने इस उपन्यास में, जो उस को दिखाई दिये एक भयंकर सपने पर आधारित था, एक विशाल अपूर्व तथा भव्य जहाज के डूबने का रोमांचक वर्णन किया है। इस उपन्यास के प्रका-

शन के ठीक चौदह वर्ष बाद, ऐसे ही एक जहाज़ 'टिटैनिक' का निर्माण हुआ, और वह अपनी पहली और अन्तिम यात्रा मे उसी प्रकार डूबा, जिस प्रकार राबर्ट्सन ने उसे सपने मे डूबते देखा था।

इस उपन्यास की रचना से पूर्व, राबर्ट्सन एक साधारण तथा अप्रसिद्ध लेखक था। उस की रचनाएँ छोटे पत्रों में ही प्रकाशित होती थीं। चूँकि वह महत्वाकांक्षी लेखक नही था, इस लिए वह अपने जीवन और अपनी साहित्यिक प्रगति से काफ़ी सन्तुष्ट था। लेकिन १८९८ की एक रात को उसे जो लोमहर्षक और दारुण स्वप्न दिखाई दिया, उस ने इस साधारण लेखक को असाधारण लोकप्रियता के उच्च शिखर पर प्रतिष्ठित कर दिया।

सपने में राबर्ट्सन ने ७०,००० टन भार वाले और ८०० फ़ुट लम्बे 'टिटेन' नाम के भव्य जहाज़ का शानदार उद्घाटन और करुण अन्त देखा था। इस सपने का वर्णन स्वयं उसी के शब्दों मे इस प्रकार है : "इस विशाल और 'न भूतो न भविष्यति' जहाज के चारो चोंगे लाल रंग के थे। मै ने इतना बड़ा और प्रभावशाली जहाज पहले कभी नही देखा था। बडी धूमधाम से उसे समुद्र मे छोड़ा गया। उस की पहली यात्रा के अवसर पर विश्व के अनेक गण्यमान्य व्यक्ति उपस्थित थे, या तो दर्शकों के रूप मे या यात्रियों के रूप मे। पर, इस धूमधड़ाके के बावजूद मुझे लग रहा था (सपने में ही) कि इस जहाज़ के साथ कोई भीषण दुर्घटना शीघ्र ही घटने वाली है। मुझे लग रहा था कि मै अपनी आशंका जहाज़ के कप्तान पर व्यक्त कर दूँ, पर आप जानते ही है कि सपने मे इन्सान चाह कर भी कुछ नहीं कर पाता। सपने में ही मैं ने देखा कि कुछ देर बाद जहाज़ सागर को चीरता हुआ चला जा रहा है, और सब यात्री नाचने, गाने और आनन्द मनाने मे व्यस्त हैं। जैसे-जैसे जहाज आगे बढ़ता जाता था, उस की रफ़्तार बढ़ती जाती थी। मैं ने कप्तान से रफ़्तार कम करने को कहा, क्योकि मुझे लग रहा था कि जहाज की तेज़ रफ्तार उस के लिये घातक सिद्ध हो सकती है। पर कप्तान ने मेरी चेतावनी पर कोई ध्यान नहीं दिया। तभी एक विशाल हिमखण्ड ने जहाज़ को ध्वस्त कर दिया। जहाज डूबने लगा, और उस के यात्री और कर्मचारी रोने-चिल्लाने लगे। बहुत कम यात्रियों को बचाया जा सका। अधिकांश यात्रियों ने जहाज के साथ ही जलसमाधि ले ली। जहाज के डूबते ही मेरी आँखें खुल गयी, और फिर मै सारी रात नही सो पाया।"

इस दृश्य को 'फ्यूटिलिटी' (निःसारता) नामक उपन्यास रूपान्तरित करने मे उसे दो महीने लगे। यह उपन्यास उस ने सपना देखने के एक वर्ष बाद लिखा था, और उस के लिए उसे एक प्रकाशक ने कुल सौ डालर दिये। रोमांचक उपन्यासों के प्रेमियों में यह उपन्यास अत्यन्त लोकप्रिय हुआ। पर, प्रकाशन के एक-दो साल बाद ही पाठक इस उपन्यास को भी भूल गये, और इस के लेखक को भी। स्वयं लेखक भी इस अवधि में उसे भूल गया।

१९१२ में जब "कभी न डूब सकने वाले जहाज" टिटेनिक का प्रचार आरम्भ हुआ तो उसे अपने चौदह साल पुराने सपने और तेरह साल पुराने उपन्यास की याद आ गयी। कितनी अधिक समानता थी उस सपने के जहाज़ 'टिटेन' और वास्तविक जहाज 'टिटेनिक' मे। एक स्तब्धकारी विचार उस के मन में कौंध गया, "क्या 'टिटेनिक' का भी वही अन्त होगा, जो सपने के 'टिटेन' जहाज का हुआ था?" क्या वह 'टिटेनिक' के कप्तान को अपने सपने और उपन्यास की बात बता कर जहाज़ की प्रारम्भिक यात्रा स्थगित करने को कह दे? पर, कितना अजीब लगेगा कप्तान को उस का यह सुझाव!

राबर्ट्सन चुप रहा, और 'टिटेनिक' की कुशलता की प्रार्थना करता रहा। अन्त मे 'टिटेनिक' का उसी ढंग से दुःखद अन्त हुआ, जिस ढंग से उस के सपने के जहाज 'टिटेन' का हुआ था। दोनों के अन्त की अधिकांश बातों में आश्चर्यजनक साम्य था! 'टिटेन' के यात्रियों को बचाने के लिए काफ़ी जीवन-नौकाएँ जहाज पर मौजूद नहीं थी। इस प्रकार 'टिटेनिक' के अधिकाश यात्रियों को भी जीवन-नौकाओं की कमी के कारण नही बचाया जा सका। सपने मे राबर्ट्सन ने अप्रैल की एक तूफानी रात को एटलांटिक महासागर मे 'टिटेन' को डूबते देखा था। 'टिटेनिक' का अन्त भी अप्रैल की एक तूफ़ानी रात मे एटलांटिक महासागर मे हुआ। दोनों जहाजों के निर्माता भी अन्त समय मे जहाज पर ही थे। दोनों पर काफ़ी मूल्यवान सामग्री भी लदी थी।

वैज्ञानिक अभी तक यह जानने मे असमर्थ है कि वह कौन-सी रहस्यमयी शक्ति थी जिस ने राबर्ट्सन को चौदह साल बाद घटने वाली एक महत्त्वपूर्ण घटना का पूर्वाभास करा दिया था?

यह बात बिना किसी संकोच के कही जा सकती है कि यदि सपने न होते तो विश्व के अमर-साहित्य का आधुनिक भण्डार आज काफ़ी खाली दिखाई देता। कारण अनेकानेक उच्चकोटि के ग्रन्थों की प्रेरणा के मूल में सपने ही हैं जो उन के रचयिताओं को अनायास दिखाई दिये थे। ऐसे लेखकों की संख्या काफी बड़ी है।

जार्ज बर्नार्ड शॉ-जैसे महान् साहित्यिक और नाटककार को अत्यधिक प्रभावित करने वाले तथा आंग्ल-थियेटर में क्रान्ति लाने वाले ब्रिटिश नाटककार विलियम आँर्थर की सफलता का श्रेय भी एक स्वप्न को ही है। आँर्थर वर्षों से असफल नाटककार थे। सहसा, एक रात उन्हें 'द ग्रीन गॉडेस' नामक नाटक का कथानक सपने में दिखाई दिया। उन्होने अगले कुछ दिनों मे ही इस नाटक की रचना पूरी कर ली। इस प्रयोगवादी नाटक ने उन्हें धन और सफलता दोनों की प्राप्ति करायी। बाद में उन्होंने जो नाटक लिखे, वे सब सफल रहे, और उन के कारण आंग्ल थियेटर ने एक नया मार्ग अपनाया।

शेक्सपियर, दान्ते, होमर, मिल्टन, शैली, कीट्स, रिक, पोप, टेनीसन, कन्हैयालाल मुन्शी, गंगाधर गाडगिल, त्यागराज, अरविन्द, सूर्यनारायण व्यास, कॉलरिज,

विलियम ब्लैक, ईट्स, क्यूबिन, हैवलॉक एलिस, हीन, वर्ड्सवर्थ, गैब्रियल रोजेटी, क्रिश्चियाना रोजेटी, स्विनबर्न, हैजलिट, ब्राउनिंग, मैथ्यू एर्नाल्ड, रॉबर्ट लुई स्टीवेन्सन, बुनयान, हैंस एण्डरसन, मैरेडिथ, दाफ्ने द्मॉरियर, थॉमस हार्डी, कारलोट क्यू, रॉबर्ट ग्रेब्स, एडवर्ड थॉमस, एलिस मेनेल, फ्रान्सिस थॉमसन, वाल्टर डि ला मेर, घिसेलिन, डोरोथी केनफील्ड, स्टीफ़ेन स्पैण्डर आदि ने स्वप्नों और दिवास्वप्नों की प्रेरणा और सहायता से उत्कृष्ट साहित्यिक कृतियों की रचना की है, अपनी श्रेष्ठतम कृतियो के कथानक प्राप्त किये है, और अमर कविताओं की सृष्टि की है। सपनों मे वैज्ञानिको ने महत्त्वपूर्ण आविष्कार भी किये हैं और गणितज्ञो ने गणित की जटिल समस्याओं को भी हल किया है।

युरॅप के लेखकों मे सदियो से ऐसा विश्वास प्रचलित है कि यदि किसी को कोई सपना लगातार तीन बार दिखाई दे, तो वह अवश्य सच्चा होता है। फ्रांसिस थॉमसन को एक विचित्र सपना लगातार तीन बार दिखाई दिया। उस से मुक्ति पाने के लिए उन्होने उसे हूबहू लिख डाला। आज 'द हाउण्ड ऑव हैविन' नाम की इस काव्यकृति के कारण ही उन का नाम विख्यात है। युरॅप के ही एक लेखक का, जो नैतिक उपदेशो से पूर्ण अपनी रचनाओं के लिए विख्यात है, अनुभव था कि उन्हे प्रायः अश्लील सपने ही दिखाई देते है। वे आजीवन इस विलक्षण बात से चिन्तित रहे। पर, एक मनोविज्ञानवेत्ता ने उन्हे समझाया कि सपनो के माध्यम से वे उस बदी से छुटकारा पा लेते है, जो हर आदमी में भलाई के समान ही मौजूद होती है।

पश्चिम मे सदियों से यह विश्वास प्रचलित रहा है कि सपनो के दो द्वार है—एक हाथी दाँत का, और दूसरा सीगों का। उपयोगी सपने सीगोंवाले द्वार में-से गुजर कर अन्तर्मन मे प्रवेश करते है, और अनुपयोगी सपने हाथी दाँतवाले द्वार मे-से। युरॅप के कई लेखको ने अपनी रचनाओ मे इस विश्वास का जिक्र किया है।

ईसाई धर्म की उत्पत्ति के अपने इतिहास के लिए प्रसिद्ध प्रोफेसर हिलप्रेट को बेबीलोन की दो पुरानी कहावतों का अर्थ समझने में बड़ी कठिनाई हो रही थी। एक रात उन्होने सपना देखा कि प्राचीन बेबीलोन का एक पादरी उन्हे उन कहावतो की सही व्याख्या समझा रहा है। ये व्याख्याएँ आज उन के इतिहास मे पढ़ने को मिल सकती है।

शेक्सपियर ने एक स्थान पर कहा हैं, "सपनो मे कई वर्षो की उपलब्धियाँ कुछ सेकेण्डों मे ही पूरी हो जाती है।" अपने कई नाटको, जैसे 'मिडसमर नाइट्स ड्रीम' आदि के अनेक दृश्य उन्हे सपनों मे स्पष्ट रूप से या प्रतीकों में दिखाई देते थे। नैन्सी प्राइस नाम की लेखिका ने, जिन की 'एक्विण्टेड विद नाइट' नाम की स्वप्न-डायरी काफी मशहूर है, दन्त-विशेषज्ञ की कुरसी पर बैठे हुए, गैस के प्रभाव से अचेत हो कर, कुछ ही सेकेण्डों मे कई नाटक लिख कर प्रदर्शित भी करवा लिये, और नये कथानकों की खोज में अनेक देशों की यात्रा भी कर ली थी।

प्रख्यात यूनानी लेखक सेमर के विषय में कहा जाता है कि वह "अफ़ीम का सेवन कर के सपनों की दुनिया मे पहुँच जाता था, जहाँ उसे अपनी कृतियों के लिए प्रेरणा प्राप्त होती थी।"[1] उस के समकालीन कई यूनानी संगीतज्ञों के विषय में प्रसिद्धि है कि "वे संगीत के माध्यम से सुखदायक स्वप्न-देश में पहुँच कर नयी-नयी धुनों की प्रेरणा पाते थे।"[2]

प्रसिद्ध उपन्यासकार ड्रायडेन स्वप्नलोक में पहुँचने के लिए कच्चा मांस खाया करते थे। उन्होंने यह स्वीकार किया है कि उन्हें अपनी कई कहानियों के कथानकों की मूल प्रेरणा सपनो में ही मिली थी।[3]

होमर की भाँति कालरेज भी अफ़ीम का सेवन करते थे। उन्होने अपनी श्रेष्ठ काव्य-रचना 'कुबला खान' की प्रेरणा उस समय प्राप्त की थी, जब अफ़ीम का सेवन कर उन्होंने स्वप्नलोक मे प्रवेश किया।[4] एडगर एलेन पो की कुछ विचित्र और असामान्य कहानियो के पीछे भी अफीम-प्रसूत स्वप्न ही थे।

काउपर नामक एक अन्य लेखक का अन्त समय दारुण विपत्ति में बीता। इस अवस्था मे, जिस का मर्मस्पर्शी चित्रण उन्होंने अपनी कृतियों मे भी किया है, पूर्वाभास उन्हें काफ़ी पहले एक दुःस्वप्न मे हो चुका था। २ फ़रवरी १७९३ को उन्होंने अपनी डायरी मे लिखा : "आज सुबह चार बजे से ले कर सात बजे तक, सपने मे दीखे ऐसे संत्रासों के विषय मे सोचता रहा, जिन की अभिव्यक्ति लेखनी-द्वारा होनी असम्भव है।"

लुई केरल की 'एलिस इन वन्डर लैण्ड' एक छोटी लड़की का उलटी दुनिया का एक सपना ही है। विश्वविख्यात 'आख्योपन्यास' मे सपनों का प्रयोग प्रचुरता से किया गया है। अरब को एक कृति 'द स्लीपर अवेकन्ड' मे बगदाद के एक युवक की जो कहानी सुनायी गयी है, उसे पढ़ने के बाद स्वप्नावस्था और जाग्रतावस्था मे कोई अन्तर करना कठिन हो जाता है।

गेटे के कथनानुसार उन्होंने अपनी कृति 'वर्दर' (Werther) का सृजन अर्द्धचेतनावस्था मे किया था। उन्होने यह भी स्वीकार किया था कि उन की अधिकांश कविताओं की प्रेरणा उन्हे सपनो में ही मिली थी।

'द एम्बैसेडर्स' की भूमिका मे हेनरी जेम्स ने लिखा है : "यह उपन्यास लिखते समय मुझे कोई प्रयत्न नही करना पड़ा· ·आसानी से सीढ़ी-दर-सीढ़ी चढ़ता चला गया। लगा, जैसे किसी ने पूरी तैयारी पहले से ही कर रखी थी।"

'मिसेज़ डेलावे' की भूमिका मे वर्जीनिया वूल्फ ने भी यही बात कही है :

"जब उपन्यास की पूर्व-योजना निर्धारित की, तभी लगा था कि यह योजना

१. The Dream in Homer & Greek Tragedy—by W. Stuart Messer (Columbia Univ. Press.)
२. Musical Mind—by Harold Shapiro (League of Composers Inc.)
३. The Works of John Dryden.
४. The Road to Xanadu—by : John Lowes (Constable & Co.)

मेरी मूल कल्पना से मेल नही खाती । पर, काफ़ी दिन बाद, जब योजना को भूल कर लिखना आरम्भ किया, तो लेखन कल्पनानुसार आगे बढ़ता गया ।

बाल-कथाओ के विश्वविख्यात लेखक हैण्डरसन की डायरी से पता चलता है कि वे भी महान् स्वप्नदर्शी थे और अपनी कहानियों में उन्होंने जिन भूत-चुडैलों का वर्णन किया है, वे उन्हे सचमुच सपनो में दिखाई दी थी । वे लिखते हैं : "कभी-कभी तो मुझे बिलकुल पता नहीं चलता कि मै स्वप्न-जगत् मे जो रहा हूँ या वास्तविक जगत् में ।" अँगरेजी की एक महान् पुस्तक है— द पिलीग्रिम्स प्रॉग्रेस' । इस के लेखक बनयान का कहना है कि "यह कृति मेरे एक स्वप्न की ही प्रतिच्छाया है !"

युरॅप के प्रसिद्ध पशु-विशेषज्ञ डॉलबाफ को एक रात सपने मे दिखाई दिया कि उन के आँगन मे खूब बर्फ़ पड़ी है, और उस में दो छोटे पक्षी करीब-करीब दबे हुए पड़े हैं । पशु-प्रेमी होने के कारण उन्होंने उन दोनों को बर्फ़ से बाहर निकाल लिया और एक गरम और सुरक्षित स्थान मे रख दिया । उन्हे एक प्रकार की घास भी खाने को दी । सपने मे उन्होंने यह भी देखा कि घास का नाम Asplenium Ruta Muralis है । कुछ देर बाद, सपने मे ही, उन्हे दो अन्य वैसे ही पक्षी दिखाई दिये । वे दोनों बाक़ी बची घास खाने मे व्यस्त थे । इस के बाद तो जैसे कमाल हो हो गया । देखते-ही-देखते, सारी जगह इन पक्षियों से भर गयी । और, ये सब पक्षी उधर ही जा रहे थे, जिधर घास रखी थी । विचित्र सपना था"'

आँखें खुलने पर उन्होंने सपने मे देखी उस घास का नाम याद करने की कोशिश की । वह नाम तुरन्त याद आ भी गया । पर यह नाम उन के लिए एकदम नया था । यह जानने के लिए कि इस नाम की कोई घास होती भी है या नही, उन्होने विशेषज्ञो से पूछताछ की । मालूम पड़ा कि Asplenium शब्द से शुरू होने वाली एक घास होती है, जिस का पूरा और शुद्ध नाम है Asplenium Ruta Muraria । यह नाम सपने में दीखे नाम से कुछ ही भिन्न था ।

इस विचित्र स्वप्न का रहस्य यही समाप्त नही हुआ । १६ साल बाद, उन्हे स्विटजरलैण्ड जाने का मौक़ा मिला । वहाँ उन्होने विभिन्न घासों और फूलों की एक एलबम देखी, जो स्विटजरलैण्ड मे पर्यटकों के लिए खास तौर पर तैयार की जाती है। इस एलबम को देखते ही उन के स्मृति-भण्डार में से कुछ भूली हुई यादें निकल कर बाहर आने लगी । इस एलबम मे वह घास भी संग्रहीत थी, जिसे उन्होने सपने मे देखा था । और, सब से अजीब बात तो यह थी कि उस घास के नमूने के नीचे खुद उन के हस्ताक्षर मौजूद थे !

इस रहस्य का उद्घाटन कुछ समय बाद तब हुआ, जब, सहसा, कुछ और पुरानी यादें ताजा हो उठी । उन्हे याद आया कि इस स्वप्न की तिथि से दो वर्ष पूर्व, उन के घर मे एक नव-दम्पति मेहमान बन कर आये थे । इस जोड़ी के पास ही वह एलबम था, जो उन्होंने स्विटजरलैण्ड में देखा था । एलबम मे हर घास और फूल के

नाम उन्होंने मेहमानों के आग्रह पर लिखे थे ।

और कुछ महीनों बाद अपनी लाइब्रेरी में पड़ा हुआ एक सचित्र मासिक पत्र देख कर खो गया था, और उस सपने मे अचानक बड़े अजीब ढंग से सजीव हो उठा था।

इस घटना पर टिप्पणी करते हुए एक स्वप्न-विशेषज्ञ ने लिखा है कि "सपनों में दिखाई पड़ने वाली हर वस्तु को हम कभी-न-कभी या तो देख चुके होते हैं, या उस के बारे में पढ और सुन चुके होते हैं। हमारा चेतन मन भले ही कुछ वस्तुओं, दृश्यों, अनुभवों या घटनाओं आदि को भूल जाये, पर अवचेतन के स्मृति-भण्डार में वे सदा सुरक्षित रहती है, और कभी मौक़ा पा कर, या संयोगवश सपनो में साकार हो जाती हैं। सपनों मे भी कभी-कभी तो अपने असली रूप मे आती है, और कभी-कभी अपने छद्मवेश में।"

सपनों के सहारे—बोध के उच्चतम स्तर पर

क्या स्वप्न किसी गणितज्ञ को गणित की किसी जटिल समस्या को हल करने मे सहायक हो सकते है। कम से कम दो महान् गणितज्ञ इस प्रश्न का उत्तर 'हाँ' मे देने को तैयार है। पहले ने अप्रत्यक्ष रूप से 'हाँ' कहा है और दूसरे ने प्रत्यक्ष रूप से।

आइन्सटाइन एक महान् वैज्ञानिक तो थे ही, एक महान् गणितज्ञ भी थे। "आप की सृजनात्मक प्रक्रिया का रहस्य क्या है ?" "इस प्रश्न के उत्तर मे आइन्सटाइन ने एक बार कहा था, "हम सदैव कुछ-न-कुछ देखते रहते है पर उसे ठीक-ठीक देख और समझ नही पाते। सत्य एक मौखिक धारणा-मात्र है, पर उसे गणित या अन्य किसी विधि से प्रमाणित नही किया जा सकता। बुद्धि तो वही तक हमारा साथ देती है, जहाँ तक वह जानती और सिद्ध कर सकती है। पर, एक स्थिति—सुप्तावस्था और स्वप्नावस्था में—ऐसी आती है, जहाँ बुद्धि एक छलाँग-सी लगा कर बोध के उच्चतर स्तर पर पहुँच जाती है। इस स्थिति को सहजोपलब्धि या अन्तर्ज्ञान कुछ भी कह सकते है, पर उसे प्रमाणित करना सम्भव नही। संसार के अधिकांश आविष्कार ऐसी ही स्थिति मे सम्भव हो सके है। हर एक के जीवन मे ऐसी स्थिति अवश्य आती है, जहाँ वह केवल ऐसे अन्तर्ज्ञान के पंखों पर सवार हो कर ही वह अनुभूति कर सकता है, जो मात्र ज्ञान-द्वारा सम्भव नहीं, और जिस का कोई हल विज्ञान फ़िलहाल प्रस्तुत नहीं कर सकता।"[1]

एक वैज्ञानिक के नाते आइन्सटाइन हिन्दुओं के इस सिद्धान्त मे भी विश्वास करते थे कि जगत् माया है, एक स्वप्न है और मानते थे कि इसे गणित और विज्ञान से सिद्ध किया जा सकता है। अपने अन्तिम दिनों में वे इसे सिद्ध करने का प्रयत्न कर भी रहे थे। अपने देहावसान से कुछ दिन पहले, एक पत्रकार ने भेंट के अन्त मे एक वृक्ष

१. The Psychology of Invention in the Mathematical Field—by . Jacques Hadmard. (Princeton University)

को दिखा कर उन से पूछा, "क्या कोई पूरी सच्चाई से कह सकता है कि यह वृक्ष ही है ?" आइन्सटाइन ने उत्तर दिया : "यह एक स्वप्न भी हो सकता है। सम्भव है कि तुम कुछ भी न देख रहे हो।"

हैनरी पाइनकेयर नामक विश्वविख्यात गणितज्ञ अपनी विख्यात 'फुकसियन श्रित' के लिए स्वप्न के ही कृतज्ञ हैं। इस के आविष्कार की कहानी उन्ही के शब्दो मे सुनिए : "मैं लगातार पन्द्रह दिनों से यह सिद्ध करने का प्रयत्न कर रहा था कि जिस श्रित (फक्ष) की कल्पना मैं ने की थी, वह निरुपम है। पर, मुझे सफलता नही मिल रही थी। एक शाम तेज कॉफी पीने के बाद मेरे दिमाग मे विचार काफी तीव्रता से आने-जाने लगे, पर एक स्थिर हल मुझे उस रात स्वप्न मे सूझा, जिसे मैं ने सुबह उठते ही लिख लिया।

मैं ने पाया है गणित की जटिल समस्याओं का हल मनोयोग या चिन्तन से नही मिलता। प्रायः नीद के बाद ऐसी जटिल समस्या का हल, ताजा और सशक्त दिमाग अनायास कर देता है। नींद मे सक्रिय रहने वाला अवचेतन मन इस सफाई से हल प्रस्तुत करता है कि बस, देखते रहिए। लेकिन, मेरा अनुभव यह है कि अवचेतन से ऐसे हल की आशा करनी हो, तो चेतन मन को भी उस से पूर्व सक्रिय करना आवश्यक है।"[१]

चिकित्सा-विज्ञान और शरीर-विज्ञान में नोबेल-पुरस्कार जीतने वाले डॉक्टर आट्टो लोइवी को एक रात स्नायविक आवेगों के संचरण से सम्बन्धित एक सिद्धान्त सपने में दिखाई दिया। जैसे ही यह सपना भंग हुआ, वे जाग गये और उन्होंने पास की मेज पर रखे एक काग़ज़ पर उस सिद्धान्त को लिख डाला। पर, सुबह उठ कर जब उन्होने उस कागज को उठाया तो अपना लिखा खुद हो न पढ पाये। अगली रात उन्हें वही सिद्धान्त फिर सपने मे दिखाई दिया। इस बार वे उठते ही अपनी प्रयोग-शाला मे चले गये। वहाँ उन्होंने सपने मे दीखे सिद्धान्त के अनुसार एक मेढक पर प्रयोग किया। आगे चल कर यही प्रयोग उन के विश्वविख्यात रासायनिक सिद्धान्त का आधार बना।

बेनजीन के परमाणुओं से सम्बन्धित एक जटिल रासायनिक समस्या का हल केकुल नामक वैज्ञानिक को यह सपना देख कर ही सूझा था कि एक साँप अपनी दुम को निगल रहा है। सपना देख कर, जब उन्होंने परमाणुओं को एक अँगूठी की तरह व्यवस्थित किया, तो हल आसानी से निकल आया।

विज्ञान के लिए नोबुल पुरस्कार प्राप्त करने वाले डॉ० लायनस पाउलिंग का कहना है, "मेरा अवचेतन मन सदा से मुझे नये-नये विचारों की प्रेरणा करता रहा है।"

---

१. Mathematical Creation—by : Henri Poincare (Ernest Flammarion)

डन नामक एक विश्वविख्यात गणितज्ञ ने 'समय के साथ एक प्रयोग' नामक अपनी कला—पुस्तक मे अपने अनुभवों के आधार पर स्वीकार किया है कि सपनों में भावी घटनाओं के संकेत अत्यन्त स्वाभाविक रूप से प्राप्त हो सकते हैं, और इस चमत्कारिक तथ्य की पुष्टि में अनेक वैज्ञानिक तर्क प्रस्तुत किये जा सकते है। ऐसे सपने व्यक्ति की सुख-समृद्धि मे भी सहायक हो सकते हैं, जैसा कि निम्न उदाहरण से स्पष्ट होगा।

बालिस बज नामक एक प्रकाण्ड पण्डित को विश्व की अनेक प्राचीनतम भाषाओं, जैसे प्राचीन मिस्री, एक्केडियन, एसीरियन आदि का प्रमुख विशेषज्ञ माना जाता है। पर, इस क्षेत्र मे उन्होने जो भी उपलब्धियाँ कीं, उन का श्रेय वे एक सपने को देते है।

प्राचीन भाषाओं मे, निर्धन परिवार मे जन्मे बज का शौक देख कर, ब्रिटेन के प्रधान मन्त्री ग्लेडस्टोन ने उन्हे कैम्ब्रिज विश्वविद्यालय मे भर्ती कराया। वहाँ उन्होने एसीरियन भाषा तो आसानी से सीख लीं, पर उस के प्राचीनतर रूप एक्केडियन भाषा को सीखने मे उन्हे कठिनाई हुई। यह भाषा इतनी कठिन है कि आज भी दुनिया के इने-गिने लोग ही उसे जानते है।

जिन दिनों बज इस भाषा को सीखने का प्रयत्न कर रहे थे, उन्हीं दिनो उन के विश्वविद्यालय के एक प्राध्यापक ने उन्हे बुलाया और कहा, "विश्वविद्यालय प्राचीन और दुर्बोध भाषाओं से सम्बन्धित एक विशेष प्रतियोगिता का आयोजन करने जा रहा है। यदि तुम इस प्रतियोगिता में विजयी रहे, तो तुम्हे छात्रवृत्ति तो मिलेगी ही, इन भाषाओं को सीखने का तुम्हारा मार्ग भी खुल जायेगा।" बज को यह सूचना पाकर जहाँ खुशी हुई, वहाँ घबराहट भी हुई। उसे मालूम था कि प्रतियोगिता काफ़ी कठिन होगी, तथा अब तक उस की जितनी तैयारियाँ थी, उन के आधार पर प्रतियोगिता मे उस का विजयी होना कठिन था। उस ने डट कर मेहनत करनी आरम्भ की, पर प्रतियोगिता के एक दिन पहले तक वह अपनी प्रगति से सन्तुष्ट न था। जिस दिन प्रतियोगिता होने वाली थी, उस से पहली रात को जब वह सोने गया, तो बहुत परेशान था। उसे डर था कि वह प्रतियोगिता मे विजयी नही हो पायेगा।

उसी रात उस ने एक ऐसा असामान्य सपना देखा, जिस ने उस की चिन्ता को दूर कर दिया। उस ने सपने मे देखा कि वह एक शेडनुमा कमरे मे बैठा है। कुछ देर बाद एक व्यक्ति ने कमरे में प्रवेश कर उसे एक लिफ़ाफ़ा दिया। लिफ़ाफ़ा खोलने पर उस ने पाया कि उस में हरे रंग के कुछ काग़ज है। व्यक्ति ने इन कागज़ों मे से एक बज को देते हुए कहा कि "प्रतियोगिता मे जो प्रश्न आने वाले हैं, वे इस काग़ज पर लिखे है। एसीरियन और एक्केडियन भाषाओं के इन्ही अंशों का अनुवाद तुम्हें अँगरेजी मे करना होगा। आशा है, अब तुम्हें प्रतियोगिता में कोई कठिनाई नही होगी। इतना

कह कर वह व्यक्ति चला गया। जाने से पूर्व, वह कमरे का ताला लगा गया।

बज को यह देख कर बड़ा सुखद आश्चर्य हुआ कि जो अंश कागज़ पर लिखे थे, उन के अँगरेजी अर्थ उसे भली भाँति आते थे। उस की घबराहट कुछ कम हुई, तथा वह फिर सो गया। पर, वह पुराना सपना उस ने फिर दो बार और उस रात देखा।

सुबह उठने पर उस ने उन अंशों के अनुवाद किये, और धड़कते हुए दिल के साथ प्रतियोगिता मे भाग लेने गया। उस की परेशानी अभी भी क़ायम थी। उस के मन मे डर था कि यदि प्रतियोगिता मे सपने वाले अंश नही आये, तो वह क्या करेगा ?

पर, उस की यह आशंका निर्मूल सिद्ध हुई। प्रतियोगिता मे वे ही अंश आये, जो वह सपने में देख चुका था। चूँकि उन के अनुवाद का अभ्यास उस ने सुबह ही किया था, इस लिए सब प्रश्नों के उत्तर देने मे उसे कोई कठिनाई अनुभव नही हुई।

इस तथ्य ने कि प्रतियोगिता मे वे ही प्रश्न आये, जो उसे सपने मे दिखाई दिये थे, तो उसे चकित किया ही, इस तथ्य ने और भी अधिक चमत्कृत किया कि प्रश्न-पत्रों का लिफाफा और उसे खोलने वाले व्यक्ति की शक्ल सपने मे दिखाई दिये लिफ़ाफ़े और व्यक्ति से बहुत मिलती थी। प्रश्न-पत्र भी सपने के अनुसार हरे रंग के ही थे। इतना ही नही, इस प्रतियोगिता का आयोजन जिस कमरे में किया गया था, वह शेडनुमा था, और सपने मे दिखाई दिये कमरे के समान ही था।

अन्त मे इस प्रतियोगिता मे विजयी हो कर प्राचीन भाषाओं के क्षेत्र मे बज ने अद्भुत प्रगति की। उस के उत्खनन कार्य को भी अत्यन्त महत्त्वपूर्ण माना जाता है। पर, स्वयं बज के अनुसार उसे इस प्रगतिपथ पर अग्रसर कराने का श्रेय उस निराले सपने को ही है, जो उस ने प्रतियोगिता से पूर्व देखा था।

कई हफ्तों से विख्यात वैज्ञानिक लुई एगासिज मछली के जीवाश्म की अनुकृति को पत्थर पर ढालने के असफल प्रयास कर रहे थे। जो अनुकृतियाँ अब तक ढल पायी थी, वे एकदम अस्पष्ट थी। अन्त मे, हताश हो कर उन्होने इस प्रयोग को स्थगित करने का निश्चय कर लिया।

पर तभी एक रात को एक सपने मे उन्होंने सम्पूर्ण और स्पष्ट अनुकृति के दर्शन किये। अगले दिन, उस सपने को याद कर के, उन्होंने अनुकृति को ढालने की फिर कोशिश की। लेकिन अभी भी जो परिणाम उन के सामने आया, वह एकदम धुँधला और बेकार था।

उस रात को सपने मे उन्होने पुनः सम्पूर्ण और पूर्णतया स्पष्ट अनुकृति को देखा। इस सपने को आधार मान कर उन्होंने एक बार फिर अनुकृति को उतारने का प्रयत्न किया, पर इस बार उन्हें सफलता नही मिली।

तीसरी रात को तीसरी बार उन्होंने सपने मे जीवाश्म की निर्दोष अनुकृति को

देखा। इस बार वे पहले से ही सावधान थे। उन्होंने पलंग के सिरहाने कागज-कलम रखा हुआ था, ताकि जीवाश्म का सपना शुरू होते ही वे उस की नक़ल कागज पर कर लें। ऐसा ही हुआ। जैसे ही, जीवाश्म का सपना आरम्भ हुआ, उन्होंने उस की अनुकृति कागज पर उतारनी आरम्भ कर दी। जागने पर जब उन्होंने सपने में उतारी हुई अपनी अनुकृति को देखा, तो स्वयं ही चकित रह गये। अगले दिन, कागज पर उतारी अनुकृति के आधार पर जब उन्होंने पत्थर पर अनुकृति ढाली, तो उन्हें पूरी सफलता मिली। तराशे हुए इस पत्थर को देख कर लगता था कि यही मछली का जीवाश्म है।

फ्रान्स के विख्यात गणितज्ञ हेनरी फॉर ने कुछ वर्ष पूर्व अपने ७७ सहयोगियों से पूछा, "आप को गणित की कठिन समस्याओं को हल करने की प्रेरणा कहाँ से प्राप्त होती है?" ६९ ने उत्तर दिया, 'सपनों मे।' सिर्फ ८ ने कहा कि सपनों में समस्याओं के हल पाना सम्भव नही है।

दार्शनिक और गणितज्ञ बनने से पूर्व, डेसकार्टिस सेना मे थे। जव असह्य शीत के कारण युद्ध-स्थगन हो गया, तो उन्होने न्यूवर्ग मे एक शान्त कमरा किराये पर लिया। यहाँ, छुट्टी लेकर, उन्होने राजनीति और धर्म के विषय मे मनन-चिन्तन आरम्भ कर दिया। पर, इस चिन्तन में कोई तारतम्य न था। अनेक विचार गड्डमड्ड हो रहे थे।

१० नवम्बर, १६१९ को उन्होने एक सपना देखा, जिस मे उन्होंने अपने विचारो को सुव्यवस्थित पाया। इसी स्वप्न से प्रकाश पा कर उन्होने गणित और दर्शन का जो अद्भुत समन्वय किया, उस ने कालान्तर मे पश्चिम के चिन्तन की समूची धारा को मोड़ कर उसे एक नयी दिशा प्रदान की।

सुप्रसिद्ध वैज्ञानिक जेम्स वॉट शॉटगन के लिए सीसे की गोलियाँ बनाने का आसान तरीक़ा खोज रहे थे। उन दिनों सीसे की गोलियाँ बनाने के लिए उस की पट्टियाँ बना कर उसे काट-काट कर गोलियों का रूप दिया जाता था। सपने मे गोलियाँ बनाने की एक आसान विधि के दर्शन कर उन्होंने इस क्षेत्र मे एक क्रान्ति उत्पन्न की।

अवचेतन चाहे गणित और विज्ञान की जटिल समस्याओं के हल प्रस्तुत करे, या साहित्यिक कृतियों की रूपरेखा, उस की कृति कभी धुँधली या अस्पष्ट नहीं रहती। अनगिनत काव्य-कृतियाँ, कहानियाँ, नाटक और उपन्यास, जिन का जन्म सपनों की कोख से हुआ था, इस के जीते-जागते प्रमाण है। कार्ल गुस्ताव जुंग ने इस सम्बन्ध में ठीक ही कहा है: "प्रत्येक श्रेष्ठ कलाकृति स्वप्न के समान ही होती है—अश्लिष्ट, प्रत्यक्ष और सुगम। स्वप्न कभी नही कहता: 'ऐसा करो', या 'यही सच है।' वह स्वयं अपनी व्याख्या नहीं करता। उस के सम्बन्ध में जो भी परिणाम निर्धारित करने होते हैं, हमें स्वयं ही करने पड़ते है। इसी लिए हर कलाकृति की व्याख्या हर कोई

अपने-अपने ढंग से करता है। पर, मैं समझता हूँ कि कलाकार के निजी स्वप्नों में से जन्मी कलाकृति का सच्चा अर्थ जानने के लिए हमे उसे उसी निगाह से देखना होगा, जिस निगाह से उसे कलाकार ने देखा था और इस लिए उस के स्वप्न को अपना बनाकर उसे उसी ढंग से अपने ऊपर छा लेने देना होगा, जिस ढंग से वह कलाकार पर छा गया था। एक असहाय व्यक्ति की भाँति उसी ढंग से उसे रूपयुक्त होने देना होगा, जिस ढंग से असहाय कलाकार ने उसे अपने सामने स्वप्न में साकार होते देखा था, और इस स्थिति मे वह स्वयं इस प्रक्रिया का एक माध्यम भर बन कर रह गया था।····यही प्रक्रिया प्रत्येक कलाकार के भाग्य का, उसी की सृजनात्मक शक्ति का निर्णय करती है। गेटे ने Faust का निर्माण नहीं किया था, Faust ने कवि गेटे का निर्माण किया था।····और यही कारण है कि स्वप्न की नाईं व्यक्ति-निरपेक्ष होते हुए भी प्रत्येक महान् कलाकृति हर दर्शक को गहरे ढंग से छूती और प्रभावित करती है। इसी लिए कलाकार के वैयक्तिक जीवन की विशेषताएँ, सहायक या बाधक होते हुए भी, उस की सृजनात्मक-प्रक्रिया के लिए अपरिहार्य नही है। कलाकार के वैयक्तिक जीवन के अध्ययन से कलाकार को नही समझा जा सकता। ····कला एक प्रकार की अन्तर्जात सहज प्रवृत्ति है, जो कलाकार को ठेल कर अपना माध्यम बना लेती है। कलाकार अभिलषित ध्येय की पूर्ति मे व्यस्त स्वतन्त्र व्यक्ति नही होता; ऐसा असहाय व्यक्ति होता है जो कला के ध्येय की पूर्ति अपने माध्यम से होने देता है।····यह एक सच्चाई है कि जब चेतना को ग्रहण लग जाता है, जैसे स्वप्नावस्था मे, नशे या पागलपन की हालत मे तो प्रायः कुछ वह उभर कर ऊपर आ जाता है, जिस मे मानसिक विकास के आदिकालीन स्तरों के सब लक्षण प्रकट हो जाते है। ऐतिहासिक, पौराणिक और धार्मिक विषयों पर आधारित कलाकृतियों के निर्माण के मूल मे वे बिम्ब ही है, जो इन अवस्थाओं मे उभर कर ऊपर आये थे। इस प्रक्रिया का सुनिश्चित और अविशंक्य रूप सपने मे आसानी से देखा जा सकता है।"[१]

अपने इस कथन के प्रमाणस्वरूप जुंग ने नीत्शे, दान्ते, वैगनर की कृतियो के अतिरिक्त राइडर हैगर्ड के विख्यात उपन्यास 'SHE' का उल्लेख किया है, जिस का जन्म और विकास स्वप्नों मे हुआ था।[२]

इस सन्दर्भ मे विलियम ब्लेक, कॉलरिज, ईट्स, क्यूबिन आदि की कृतियों का उल्लेख भी किया जा सकता है। जॉन पाल विशप नामक कवि ने तो कई बार कहा था कि वे अपनी कविताएँ सुबह उठते ही लिखते हैं, जब उन की स्वप्न-स्मृति ताज़ी रहती है। गेटे ने अपनी मृत्यु से पहले कहा था—"अधिक प्रकाश आने दो।" उन की कृतियों की कोख वह अँधेरी दुनिया ही थी, जहाँ सपने जन्म ले-ले कर मरते रहते है, और जिन्हे अभिव्यक्त करने का संघर्षमय प्रयत्न ही उन की काव्य कृतियों के रूप में

१. Modern Man in Search of a Soul. Ed. Warner Taylor (Harcourt, Brace & Co.)
२. Ibid.

अमर है। जैसा कि हम पीछे कह आये है, 'कुबला खान' नामक कविता की कल्पना कवि कॉलरिज ने स्वप्न में ही की थी। जागने पर, उन्होने उस के पहले ५४ पद लिख डाले। वे और पद भी लिखते, पर व्याघात हो जाने के कारण ऐसा न कर पाये। और बाद मे उन्हे शेष पद याद नही रहे। स्वप्न-विज्ञान-सम्बन्धी प्रायः सभी प्रामाणिक ग्रन्थों में इन विख्यात रचनाओ के स्वप्नों मे जन्म और विकास का सविस्तार वर्णन पढ़ने को मिल सकता है। इस लिए, इन बहु-परिचित उदाहरणो को छोड़ कर, आगे कुछ ऐसे उदाहरण ही प्रस्तुत है, जो अपेक्षाकृत अपरिचित और अज्ञात है।

आँग्ल-कवि स्टीफ़ेन स्पेंडर अपने काव्य-सृजन की प्रक्रिया को समझाते हुए कहते है : "कविता के दो अपरिवर्तनीय गुण है—प्रेरणा और छन्द। प्रेरणा को मैं एक ऐसा अनुभव कहना चाहूँगा, जिस मे कवि को कोई पंक्ति या विचार प्राप्त हो। अमर कविता का सृजन प्रेरणा के क्षणों मे ही हो सकता है। छन्द की व्याख्या ज़रा कठिन है। यह वह संगीत है, जो अजन्मा कविता का एक अंग बनेगा।''''अर्द्धचेतनावस्था में, जब मै न जागा होता हूँ, न सोया हुआ, कभी-कभी मुझे शब्द अपने मस्तिष्क मे से गुजरते लगते है, ऐसे शब्द जिन के अर्थ नही होते, पर जिन मे ध्वनि होती है, ऐसी सशक्त ध्वनि जो मुझे किसी भूली हुई कविता की याद दिलाती हो। कभी-कभी कविता लिखते समय भी मै शब्दों से परे कही पहुँच जाता हूँ—वहाँ जहाँ मात्र अनुभूति शेष रह जाती है किसी शब्द-विहीन नृत्य की, किसी शब्द-विहीन प्रचण्ड रोष की, किसी शब्द-विहीन लय की।"[1]

कविता का जन्म दिवास्वप्नों में

सृजन-भावना का यह उद्गम-स्थल क्या वही स्थल नही है जिस मे से सपने जन्म ले कर पनपते है? मानस-शास्त्री प्रोफ़ेसर प्रेस्काट ने तो पूरी एक पुस्तक ही इस विषय पर लिखी है, कि कविता का जन्म दिवास्वप्नों मे ही होता है।

घिसेलिन नामक प्रतिष्ठित कवि अपना एक अनुभव इन शब्दो मे सुनाते है : "एक दिन एक अस्पष्ट-सा विचार मेरे मन में आया, जो अस्पष्ट होते हुए भी मुझे सुन्दर लगा, और मै ने उसे किसी-न-किसी प्रकार कुछ शब्दो मे बाँध लिया। लेकिन, शब्दो मे बाँध लेने पर भी अर्थ स्पष्ट नही हुए थे, और मुझे लग रहा था कि वास्तविक कविता का जन्म होना शेष है। कई सप्ताह बाद, शायद एक स्वप्न के फलस्वरूप, सुबह उठते ही, मुझे प्रेरणा आयी कि मैं उस कविता को लिख डालूँ। इस बार लिखना आरम्भ किया तो शब्द इस प्रकार चले आ रहे थे, मानो उसी दृश्य का क्रमबद्ध वर्णन करने के लिए ही खास तौर पर बने हो, जो पहले प्रयत्न के समय मेरे मन मे अस्पष्ट था, पर अब धूप की भाँति लिखा हुआ था। उस सुबह को कुछ ही लाइनें लिखी गयी। मुझे ठीक याद नही कि कविता तब अधूरी क्यों रह गयी थी? उस की समाप्ति

१. The Making of a Poem—by · Stephen Spender (Harold Matson, New York)

के लिए फिर मुझे स्वप्नवत् अवस्था की प्रतीक्षा करनी पड़ी, जो कहने या माँगने से नहीं आती, अपने-आप आ जाती है। यह एक विचित्र परन्तु सच्ची बात है कि स्पष्ट और व्यक्त का सृजन करने वाली कविता को अपने जन्म और विकास के लिए स्पष्ट और अव्यक्त अवचेतन पर निर्भर रहना पड़ता है।"[1]

वैसे यह एक वैज्ञानिक तथ्य भी है कि हमारा चेतन मन विविध प्रवृत्तियो मे पड कर जिस भाव को नही पकड़ पाता, उसे हमारा अवचेतन मन स्वस्थ-चित्त अवस्था मे केन्द्रित प्रवृत्ति के कारण सहज ही स्थायी रूप से उपलब्ध कर लेता है। इसी लिए, देखा जाता है कि जब किसी रचना की प्रगति प्रेरणा के साथ न देने या अन्य किसी कारण से रुक जाती है, तो स्वप्नावस्था मे उसे सहज प्रेरणा मिल जाती है। यह आगे दिये हुए उदाहरणों से स्पष्ट हो जायेगा।

'कवि कविता कैसे लिख पाता है?' और 'कविता उसे किस स्रोत से प्राप्त होती है?'—इन दो प्रश्नों का उत्तर देते हुए कवि एलेन टेट कहते है: "मेरे विचार से कविता का जन्म कला-विन्यास, स्वप्न और दमित इच्छाओ के मिले-जुले प्रभाव के फल-स्वरूप होता है।"[2]

डौरोथी केनफील्ड नामक लेखिका ने एक पारिवारिक कहानी लिखनी आरम्भ की, जो आरम्भ मे अच्छी बन पड़ी थी। पर, एक स्थान पर आकर उन की समझ मे न आया कि कहानी को कैसा मोड़ प्रदान किया जाये, ताकि वह प्रभाव उत्पन्न हो सके, जो वह चाहती थीं। बहुत सोचने पर भी यह मोड़ उन्हे नही सूझा। "यह सोचते-सोचते ही मै सो गयी, और मुझे सपने मे दिखाई दिया कि दो बहनें आपस मे ईर्ष्या कर रही है। मैं ने सुबह उठ कर अपनी कहानी की बहनों मे ईर्ष्या दिखा कर कहानी को एक ऐसी नयी दिशा मे मोड़ दिया, जिस की कल्पना मुझे जाग्रतावस्था मे नही सूझी थी।"

स्वप्नसंचरण–सृजन की आवश्यक शर्त

फ़ान्सीसी नाटककार ज्याँ काक्टयू का कहना है कि लेखक को जो प्रेरणा मिलती है, व तन्द्रिलता के परिणामस्वरूप ही प्राप्त होती है। मेरे लिए क़लम से स्याही पर लिखना गौण बात है, मुख्य बात है, नाटक के कथानक का स्वप्न लेना। यह सपना, विना किसो शारीरिक या बौद्धिक प्रयत्नके अपने-आप, सहज ही आ जाता है, और तब मै रुग्ण व्यक्ति की भाँति चुपचाप पडा, इस सपने को देखा करता हूँ, हर क्षण यथार्थ को आगे ढकेलता हुआ: ऐसे अवसरों पर मैं महा आलसी बन जाता हूँ, और आसपास की दुनिया से विमुख हो कर हजारहा यही चाहता रहता हूँ कि यह सपना कभी खत्म न हो, अन्तहीन बन जाये। मेरे लेखन के लिए स्वप्नसंचरण एक

---

१. Poetry. A Magazine of Verse, Oct 1940.
२. Ibid.

आवश्यक शर्त है। स्वप्नाचारी हुए बिना मुझे यह सूझ ही नही सकता कि मैं क्या लिखूँ ? इस लिए मैं सदा अपने स्मृति-भण्डार को स्वच्छ रखता हूँ, ताकि स्वप्नाचार के सब सूक्ष्म विवरण मुझे बाद मे अच्छी तरह याद रहें। हाल ही मैं ने 'The Knights of the round table नामक नाटक लिखा था। मै ने क्या लिखा, सपनो मे प्रकट होने वाली किसी अदृश्य शक्ति ने मुझ से लिखवाया था। एक रात मै सचमुच बीमार था, और काफी थका हुआ भी। अगले दिन उठा तो मुझे लगा जैसे मै किसी थियेटर की सीट पर बैठा यह नाटक देख रहा हूँ। महत्त्वपूर्ण बात यह है कि इस नाटक के पात्रों और परिस्थितियों से मेरा कोई पूर्व-परिचय न था, और न ही मैं ने कभी इस के कथानक की पूर्व-कल्पना की थी।"[1]

विख्यात लेखक राबर्ट लुई स्टीवेन्सन ने 'एक्रॉस द प्लेन्स' नामक अपनी कृति में स्वीकार किया है कि अपनी सर्वोत्तम कथाओं का आभास उन्हें सपनों मे ही प्राप्त हुआ था। 'डॉक्टर जैकल एंड मिस्टर हाइड' नामक अपने अमर उपन्यास की रचना उन्होने सपनो मे प्रेरणा पा कर की थी। वे आदमी के स्वभाव की द्वैतावस्था पर किसी उपन्यास का सृजन करना चाहते थे। पर दो दिन तक सोच-विचार करने के बाद भी वे इस निश्चय पर नही पहुँच पाये कि इस द्वैतावस्था का चित्रण किस प्रकार किया जाये। तीसरी रात उन्होंने सपने मे 'डॉक्टर जैकल एंड मिस्टर हाइड' की पूरी कहानी 'देख' ली।

'हिस्ट्री ऑफ मैन' नामक पुस्तक मे उस के लेखक लार्ड कैम ने लिखा है, प्रायः मै पढते-पढ़ते सो जाता हूँ। सोने से पहले मुझे यह याद नही रहता कि मैं ने क्या पढ़ा है। पर, सुबह जागने पर मैं ने पाया है कि रात जो कुछ पढा था, वह न केवल हृदयंगम हो गया है, वरन् 'किसी' ने उसे व्यवस्थित रूप भी दे दिया है।

उन्नीसवी सदी के विख्यात पुरातत्त्ववेत्ता डॉ० हरमैन हिलथेस्ट को बेबीलोन के दो प्राचीन अभिलेखों को पढ़ने मे बड़ी कठिनाई हो रही थी। पर, यह कठिनाई एक सपने ने बड़ी आसानी से हल कर दी। सपने मे उन्होंने एक असीरियन को देखा, जो बता रहा था कि अभिलेखों का पाठ कैसे करना चाहिए।

सुविख्यात कथा-लेखिका रानफेदु मारिये ने 'पीटर इब्बतसन' नामक अपनो कहानी मे एक ऐसे बन्दी युवक का वर्णन किया है, जो हर रात, सपनों मे, जेल से बाहर आकर अपनी प्रेमिका से मिलता है, और वे दोनों साथ विगत जीवन को दुबारा जीते है। दु मारिये का कहना है कि यह कहानी निरी कपोल-कल्पना नही है, उन के एक स्वप्नानुभव पर आधारित है।

मार्टन प्रिन्स नामक मनोवैज्ञानिक ने एक कवयित्री के एक कविता लिखने के अनुभव का वर्णन उसी के शब्दों में इस प्रकार किया है : "सहसा रात मे तीन और

---

१. The Process of Inspiration (Le Foyer des Artistes)

चार के बीच मेरी आँख खुल गयी। मैं पूरी तरह जागी हुई थी, और अपने आसपास की वस्तुओं को भलीभाँति देख और पहचान रही थी। लेकिन फिर कुछ समय के लिए—शायद दो या तीन मिनिट के लिए ही—मैं बिलकुल निश्चल-सी हो गयी। अब मेरे सामने एक अलौकिक दृश्य उपस्थित था। कमरे की सामने वाली दीवार गायब थी, और मैं अन्तहीन, सीमारहित क्षितिज में देख रही थी। हलका कुहरा छाया था, पर सूर्य की किरणें उसे पार कर के आ रही थी। अचानक, कुहरे के दो गुच्छे नर-नारी का आकार बनाने लगे। जब ये दोनों आकार सुस्पष्ट हो गये तो मै ने देखा पुरुष ने साधारण किस्म के कपड़े पहने हुए है और स्त्री काले वस्त्रों में है। स्त्री का चेहरा झुका हुआ था और उस ने अपनी बाँह पुरुष की गरदन में डाल रखी थी। पुरुष उस की कमर में हाथ डाले उस की ओर देख कर प्यार से मुसकरा रहा था। फिर उन के सिर के ऊपर एक चमकीला तारा चमकने लगा, और पुष्प-वर्षा होने लगी। इसी समय पुरुष ने स्त्री का चुम्बन ले लिया। सारा दृश्य इतना अलौकिक, मनोरम और सुस्पष्ट था कि मैं ने तुरन्त रोशनी जला कर उसे लिखना आरम्भ कर दिया। १४-१५ पंक्तियाँ लिख कर मैं सोने चली गयी। जहाँ तक मुझे याद है कि उस दृश्य को मैं ने बड़े सीधे-सादे ढंग से लिखा था, और उस मे कोई छन्द या तुक नहीं थी। पर, सुबह उठ कर मैं ने जब अपने लिखे को पढ़ा तो यह देख कर चकित रह गयी कि सारा वर्णन कविता में था। कविता तुकान्त और छन्दमय थी। उस में कई भाव ऐसे भी आ गये थे, जिन के बारे मे मै पूरे विश्वास के साथ याद कर के यह कह सकती हूँ कि दृश्य देखते समय या वर्णन लिखते समय मेरे मन में बिलकुल नहीं थे।"

प्रिन्स ने कवयित्री से पूछा कि क्या उस ने यह दृश्य देखने से पूर्व कोई सपना देखा था? उस ने कहा कि सपने उसे कम ही आते हैं, और उस रात को या उस से पहले तो उस ने निश्चय ही कोई सपना नही देखा था। लेकिन सम्मोहनावस्था में उस ने स्वीकार किया कि उस ने यह दृश्य देखने से पूर्व, सचमुच इस दृश्य से मिलता-जुलता एक स्वप्न देखा था। "वह दृश्य, वास्तव में उस से पहले दिखाई दिये सपने के समान ही था, और उस की संविरचना उसी प्रक्रिया के फलस्वरूप हुई थी, जिस के फलस्वरूप सपने की चर्चा हुई थी।"[१]

गुजराती के लब्धप्रतिष्ठ उपन्यासकार कन्हैयालाल मुन्शी के सृजनात्मक जीवन का मध्य-बिन्दु जानना हो तो उन का यह वक्तव्य पढ़िए: "बालपन से ही मुझे दिवा-स्वप्न देखने का मोह जाग्रत् हो गया था····अपने घर के दुमंजिले के छज्जे मे बैठ कर सरस्वती के सपने देखा करता था। मोर छज्जे के सामने के छप्पर पर आ कर नाचते, तो मुझे लगता कि सरस्वती माँ उन के द्वारा मुझे सन्देशा पहुँचाती है····ध्रुव-प्रह्लाद, विश्वामित्र-वशिष्ठ, व्यास, परशुराम आदि की कथाएँ सुन कर, उन की सृष्टि में विहार

---

१. Subconscious Intelligence Underlying Dreams.

करता। उस समय उन के व्यक्तित्व की कल्पना में निहारी हुई रेखाओं को जीवन-भर साहित्य में उभारने की प्रेरणा उसी समय मिली होगी, ऐसा कहा जा सकता है ... तनमन नाम की एक बाल सखी मेरे खेल की संगिनी बनी—कुछ ही दिनों के लिए। मेरे मन में तनमन की जो छवि अंकित हुई, वह अमिट हो कर रह गयी। प्रथम कैशोर्य में कल्पना के तीर सीच-सीच कर, जिन स्मृतियों को सँजोया था, उस से पहले १९१३-१४ में 'वैर का बदला' प्रकट हुआ था, तथा बाद मे अन्य कई उपन्यास। जैसे माँ को खबर नहीं होती कि वह कैसे बालक को जन्म देगी, इसी प्रकार मुझे खबर नहीं होती कि मेरी कल्पना मे कैसा पात्र सृजित होगा।"[1]

मराठी के प्रसिद्ध आलोचक माधव आचवल की दृष्टि मे मराठी के प्रख्यात कथाकार और लेखक गंगाधर गाडगिल अपने लेखन में "मूल तत्त्व के अनिवार्य रूप को बनाये रखने के साथ, अपनी रचनाओं को सृजनात्मक कलाकार के संवेदन का ऐसा स्पर्श प्रदान करते हैं कि वे गद्यगीत, और इम्प्रेशनिस्ट लैंडस्केप (प्रकाश और छाया की चेतना से पूर्ण) लगती है। उन में लेखक के मस्तिष्क के सूक्ष्म परदे द्वारा बाहरी संसार का दर्शन होता है।"

गाडगिल के इस सूक्ष्म, स्वप्निल और अन्तर्मुखी दृष्टिकोण का रहस्य क्या है, यह स्वयं उन्हीं के शब्दों मे सुनिए...'तारुण्य का जादू मुझ पर असर कर चुका था, और मै स्वप्न-जगत् मे विचरने लगा था। उस स्वप्न जगत् में चारों ओर कलाबत्त की-सी चमक थी। कृतित्व के सभी विलास थे। सभी इच्छाओं की पूर्ति वहाँ होती थी। कल्पना के स्वच्छन्द विहार के लिए नन्दनवन मेरे सामने खुला पड़ा था, और मेरे अहं का प्रचण्ड महासन्तापी नाग उस स्वप्न-जगत् मे आनन्द के नशे मे अन्धा हो कर डोल रहा था। उस स्वप्न-जगत् मे जीवन का आह्वान था, और मृत्यु भी थी—नर्सिसस की भाँति उस स्वप्न-जगत् मे रम न गया होता तो हमेशा के लिए दरिद्र बन कर रह जाता, और यदि उसी मे फँसा रह जाता, तो कब का मर चुका होता। उस की पकड़ से मुक्ति पाने के लिए मुझे असीम कष्ट झेलने पडे। आज भी वह कष्ट झेल रहा हूँ। एक ओर था यह स्वप्न-जगत् और दूसरी ओर था विषमताओं से पूर्ण यथार्थ जीवन, जो कहता था, मेरा अर्थ समझ। इस अर्थ को समझने से बचना असम्भव था, कारण सारे संसार का सुख-दुःख मैं भुगत रहा था।"[2]

'मेरी रचना-प्रक्रिया' नामक निबन्ध में हिन्दी के मूर्धन्य कवि बच्चन कहते हैं—"मस्तिष्क की साधारण प्रक्रियाएँ भी बड़ी रहस्यमय है। मनोवैज्ञानिक सभी उस का क ख ग भर जान पाये हैं। सृजन की प्रक्रिया का फिर क्या कहना, जिस से अपना ही नही, जन-मानस, युग-मानस, परम्परागत मानस एक साथ काम करते है।[3]...

---

१. सारिका

२. सारिका

३. नये पुराने झरोखे : राजपाल एण्ड संस।

सपनों की अँधेरी, रहस्यमयी पर फलवती दुनिया से साहित्यिकों का ही परिचय हो, ऐसा नही है। अनेक भविष्यवक्ता, नेता और संगीतकार और चित्रकार आदि भी अपनी 'प्रेरणाओ' के लिए रात मे आने वाले सपनों या दिवास्वप्नों के ऋणी है।

विश्वविख्यात संगीतकार मौजार्ट को उन की एक संगीत-धुन, जो आज भी अपनी सुललित गेयता के लिए प्रसिद्ध है, एक बग्घी मे उस समय सूझी थी, जब वे यात्रा करते-करते झपकियाँ लेने लगे थे। इस अनुभव का विशद वर्णन उन्होंने अपने एक पत्र में किया था, जो काफ़ी प्रसिद्ध हुआ।[१] मेस्मरेजिम के आविष्कारक मेसमर के घनिष्ठ मित्र होने के कारण वे यह भलीभाँति जानते थे कि "जब-तक कलाकार अव-चेतन-जगत् के स्वप्न-गगन मे स्वच्छन्द विहारी पक्षी की भाँति नही उड़ता, तबतक वह किसी नये सृजन का माध्यम नही बन सकता।"

प्रसिद्ध वायलिन-वादक तारातिनी का दावा था कि 'द डेवल्स सॉनेट' नामक नामी धुन उन्हे पूरी की पूरी सपने मे सुनाई दी थी।

एक अन्य महान् संगीतकार चोपीन, जो अपनी मर्मस्पर्शी संगीत-सृष्टि के लिए प्रख्यात है, के संगीत-सृजन का आधार सपनों में प्राप्त प्रेरणा मे उन की निष्ठा थी। 'अमरता का जन्म क्षणभंगुर सपनों मे ही होता है,' वे कहा करते थे।[२]

नृत्य-विशारदा मेरी बिगमैन ने, जिन की कई नृत्य-शैलियाँ अपनी अछूती महानता के कारण सदाजीवी है, अपने एक नृत्य 'पास्तोरेल' की कल्पना की कहानी इस प्रकार कही है : "एक दिन मैं स्टूडियो आयी, तो काफ़ी थकी-माँदी थी। आते ही आराम करने बैठ गयी। धीरे-धीरे, मेरे मन पर किसी अज्ञात पर गहरे साक्षात्कार की तन्मयता की छाप पड़ने लगी, और मै बिलकुल खो-सी गयी। जब जागी, तो अपने को पूरी तरह से शिथिल पाया। सहसा, न जाने मुझे क्या सूझा, मन्द-मन्द गति से एक अनजान नृत्य करने लगी। सहायको से कहा : "मालूम नही, मैं क्या कर रही हूँ, पर चाहती हूँ कि इस के साथ कोई नरकुल के डण्ठलों से बना कोई वाद्य-नृत्य बजाता रहे।" "इस यन्त्र की शरमय ध्वनि ने मिल कर इस नये नृत्य को जन्म दिया। पर, उस का जन्म तो पहले कहीं—मेरे अन्दर ही मेरे सपनों मे—हो चुका था।"[३]

चित्रकला की नयी शैली—'कोलाज़' मे असम्बद्ध और अपूर्ण वस्तुओं का उपयोग किया जाता है, जो कलाकार के चेतन और अचेतन मन के बीच चलती रहने वाली आँखमिचौनी की अतर्क्य स्थितियों को ही अभिव्यक्त करती है।

---

१. The Life of Mozart—by . Edward Holmes (E. P. Dutton & Co.)
२. Musical Mind—by : Harold Shapiro (League of Composers Inc.)
३. Modern Music Jan.-Feb. 1946

कला मे 'अतियथार्थवाद' नामक आन्दोलन के प्रवर्त्तकों मे से एक, सल्वादोर दाली की विसंगत और अननुरूप कलाकृतियाँ, स्वयं उन्ही की स्वीकारोक्ति के अनुसार उन के 'विभिन्न सपनों की प्रतिलिपियाँ और प्रतिच्छायाएँ ही है।' अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति-प्राप्त भारतीय कलाकार और कथा-लेखक बदरीनारायण का भी कहना है कि अपने सृजनात्मक क्षणों में कलाकार अपने निजी स्वप्नों को ही स्वीकारता और मूर्त रूप देता है।

निजी सपने ही हैनरी मूर, पिकासो, वॉन गॉग आदि मूर्धन्य कलाकारों के सफल कला-सृजन का मूल स्रोत भी थे। 'दिवास्वप्नों मे पली उन की जादुई कल्पना-शक्ति ही, जो उन्हें इष्ट था, उस का निर्माण करती थी।' यह कथन है पिकासो के एक अन्तरंग मित्र का।[१]

विख्यात अमरीकी चित्रकार एन्ड्रयू वेथ की मान्यता है कि उन की अधिकांश कलाकृतियों के मूल में स्वप्न ही हैं, मेरे विगत जीवन के अनुभवों पर आधारित स्वप्न।

१. Conversations with Picasso.—Cahier's D'art, 1935.

स्वप्नविज्ञान : प्रगति का मूल्यांकन

पिछले ३०-३५ वर्षों से नींद ने विश्व के अनेक वैज्ञानिकों की नींद हराम कर रखी है। नींद और सपनों की इस दुनिया को वे जितना ज़्यादा जानते जाते हैं, उतनी ही वह अधिक रहस्यमयी बनती जाती है।

जागना सोने से ज़्यादा जटिल प्रक्रिया

हमारे जीवन का कम से कम तिहाई भाग नींद में ही बीतता है। पर, नींद क्या है, क्यों आती है और हमें सचमुच कितनी नींद की जरूरत है, इन प्रश्नों के सही और प्रामाणिक वैज्ञानिक उत्तर दे सकना फिलहाल नामुमकिन है, क्योंकि इस सम्बन्ध में वैज्ञानिको के प्रयोगो के सुनिश्चित और सम्पूर्ण परिणाम अभी तक सामने नही आ सके है। साधारण व्यक्ति तो यही जानता है जब वह जागता नही होता, तब सो जाता है। यही नीद है। और, इसी नीद मे उसे सपने आते है। लेकिन बात इतनी आसान नही है। एक निद्रा-विशेषज्ञ वैज्ञानिक का कहना है— "जागना सोने से ज़्यादा जटिल प्रक्रिया है। नींद कोई आश्चर्य नहीं है, आश्चर्य यह है कि हम जागते भी हैं।" एक दूसरे निद्रा-विशेषज्ञ का कहना है—"पहले समझा जाता था कि मस्तिष्क मे एक निद्रा-केन्द्र होता है, पर अब मार्गो, मोरुज्जी आदि वैज्ञानिकों ने यह प्रमाणित कर दिया है कि वहाँ सिर्फ़ एक जागरण-केन्द्र ही होता है, जो हमे जाग्रत् रखता है, और इस की सक्रियता समाप्त होते हो, और जागने के लिए आवश्यक उत्प्रेरक तत्त्वो के अभाव मे हम सो जाते है।"

उदाहरणार्थ, शोर न हो और जगह आरामदेह हो, तो भले ही आदमी वहाँ जा कर गहरी नींद मे न सोये, हलकी सी झपकी तो ले ही लेता है। नीद ऐसी चीज़ है, जो कही भी, किसी भी समय आ सकती है।

नींद की एक सरल, वैज्ञानिक व्याख्या इस रूप में की जा सकती है : जब हमारी आँखें बन्द हो जायें, रक्तचाप कम हो जाये, हथेलियाँ और शरीर के अन्य नाज़ुक भाग कुछ नम हो चलें, मस्तिष्क यथार्थ एवं कल्पना के बीच विचरण करने लगे (जिसे 'हिप्नागोगिक' अवस्था कहा जाता है) तो इन सब के संयोग से उत्पन्न स्थिति को नींद कहा जाता है।

जब हम सोते हैं, तब क्या होता है ? हमारे शरीर पर उस की प्रतिक्रिया यह होती है कि दिल की धडकनें ७५ प्रति मिनट से कम हो कर ६० प्रति मिनट हो जाती हैं। एक मिनट में १६ बार साँस न ले कर हम १२ बार ही साँस लेते हैं। शरीर के तापमान, रक्तचाप और आमारिक कायाग्नि में थोड़ी-सी कमी हो जाती है। पर त्वचा का तापमान बढ़ जाता है—और न मालूम क्यों प्रस्वेद ग्रन्थियाँ भी अधिक सक्रिय हो जाती हैं। पहले वैज्ञानिकों का विश्वास था कि निद्रावस्था मे मस्तिष्क की ओर जाने वाला रक्त-प्रवाह कम हो जाता है, पर अब प्रयोगों के आधार पर वे कहते हैं कि यह रक्त-प्रवाह क्रमशः बढता रहता है। नवीनतम वैज्ञानिक प्रयोगों के अनुसार नीद की चार उल्लेखनीय अवस्थाएँ होती हैं। इन अवस्थाओ मे मस्तिष्क की तरंगों का प्रतिमान बदलता रहता है। पहली अवस्था मे, जब व्यक्ति जाग्रत् होता है, कुछ मिनट ही लगते है। इस अवस्था मे मस्तिष्क से आने वाली विद्युत्-तरंगें कम वाल्टेज की और अनियमित होती है। दूसरी अवस्था में इन तरंगों की गति बढ़ जाती है और पुतलियाँ हल्के-हल्के घूमने लगती है। तीसरी अवस्था मे यह गति पहली अवस्था की गति से पाँच गुना अधिक हो जाती है। चौथी अवस्था में व्यक्ति गहरी नीद सो जाता है, और उसे आसपास के शोरगुल का कोई भान नही होता।

रूस के विख्यात निद्रा-शास्त्री पावलोव ने नीद पर जो प्रयोग किये थे, वे अत्यन्त महत्त्वपूर्ण माने जाते है। १९१० में उन्होंने निद्रा के वैदिक स्वरूप की जो व्याख्या की थी, वह इस प्रकार है : (१) नीद मस्तिष्क के कोशों का वह ढीला अटकाव है, जो मस्तिष्क के उच्चतम भागो मे फैल जाता है। (२) नीद मस्तिष्क की सक्रियता का एक अनिवार्य अंग है, जो उसे शक्तिक्षय के रोगों से बचाये रहता है, और आरोग्य प्रदान करता है। पावलोव की इस व्याख्या ने अन्य वैज्ञानिकों को नीद की लाक्षणिक विशिष्टताओं तथा नीद के कारणों को समझने मे काफी सहायता की। मानव शरीर के अध्ययन का क्षेत्र विस्तृत हुआ, और नयी-नयी दवाओं के आविष्कार हुए।

अमेरिका के डॉक्टर क्लीटमैन और डॉ० डीमेन्ट ने भी अनेकानेक प्रयोगों द्वारा नींद के रहस्यों का उद्घाटन करने की कोशिश की है। प्राग के डॉक्टर एडवर्ड कुहन ने भी डॉ० क्लीटमैन के समान यह जानने का प्रयत्न किया है कि अनिद्रा की शरीर पर क्या प्रतिक्रिया होता है ? क्लीटमैन ने यह सिद्ध कर दिया है कि "रात्रि के उत्तरार्द्ध की नीद पूर्वार्ध की नीद से किसी भी प्रकार कम महत्त्व नही रखती।" उन का कहना है : "नीद की अवस्था ऐसी नहीं होती कि हम रात को नौ-दस बजे सो कर सुबह ही जगें। हमें, निद्रावस्था मे कई बार जागरण से गहरी नीद के बीच की स्थितियों मे हो कर गुजरना पड़ता है। यह धारणा गलत है कि मध्यरात्रि के पूर्व बड़ी गहरी नीद आती है।

१. Sleep, Hypnosis, Dreams—by . L. Rokhlin (Foreign Languages Pub. House, Moscow).

वास्तविकता यह है कि हम जब भी सोयेंगे, गहरी नीद रात के पहले भाग में कुल मिला कर दो घंटे या उस से अधिक समय तक भी आ सकती है।"[1]

डॉ० डीमेन्ट ने एक विशेष निद्रा-यन्त्र का आविष्कार किया है, जिस की विद्युत्तरंगें पशु या आदमी को मूर्च्छावस्था मे ले आती है। इसी यन्त्र के जरिये उसे आसानी से उठाया भी जा सकता है। इस यन्त्र के एलेक्ट्रोडों की मदद से जो हल्की बिजली गुज़ारी जाती है उस का अनुभव प्राय: नही होता।

हम क्यों सोते है ?

निद्रा-सम्बन्धी अनेक सिद्धान्तो के बावजूद यह बात अभी तक वैज्ञानिकों को मालूम नही है कि आदमी क्यो सो जाता है? नीद का कारण शारीरिक है या मनोवैज्ञानिक, यह प्रश्न अभी तक अनुत्तरित है। मगर, यह जानने मे वैज्ञानिक अवश्य सफल हो गये है कि नीद की दो क़िस्मे है—शान्त निद्रा और क्रियाशील निद्रा। नीद की इन दोनों क़िस्मों मे समानता सिर्फ यही है कि दोनों ही उत्तेजना के रूप है, नही तो जैसा कि वैज्ञानिक प्रयोगों से पता चला है उन में बहुत अधिक अन्तर है। चिकित्सकों के अनुसार दुनिया मे आठ मे एक व्यक्ति अपने जीवनकाल मे किसी न किसी मानसिक रोग से अवश्य पीड़ित होता है। इन मानसिक रोगों से पहले नीद में गड़बड़ी भी अवश्य उत्पन्न होती है। इसी लिए पश्चिम मे दवा के दस प्रतिशत नुस्खे निद्रा लाने वाली गोलियो और दवाओ के ही होते है।

नीद का प्राय: तीन-चौथाई भाग 'शान्त निद्रा' के रूप मे ही व्यतीत होता है, और उस अवस्था मे दिमाग की लहरों की गति अपेक्षाकृत धीमी होती है। 'क्रियाशील निद्रा', जिसे वैज्ञानिक भाषा मे रेपिड आई मूवमेन्ट या रैम कहा जाता है, मे ही सपने दिखाई पड़ते है, और जैसा कि इस के नाम से प्रकट है, इस निद्रावस्था मे आँखों की गतिविधि बड़ी तेजी से होती है। अधिकतर वैज्ञानिक नीद के इस रहस्यमय स्वरूप के अध्ययन मे ही लगे है। स्वप्न अनुसन्धान ने पश्चिम मे एक महान् उद्योग का रूप ले लिया है। अकेले अमेरिका मे ही एक दर्जन से अधिक स्वप्न-प्रयोगशालाएँ है। ब्रिटेन, फ्रांस, रूस तथा अन्य देशों मे भी ऐसी अनेक प्रयोगशालाएँ है। अमेरिकी प्रयोगशालाओं में ४००० व्यक्तियो ने १२,००० से अधिक रातें इस अनुसन्धान मे बितायी है।

'एलेक्ट्रोन एसेफेलोग्राफ' (ई० ई० जी०) नामक एक अन्य यन्त्र की मदद से (जो दिमाग़ की लहरों को दर्ज करने के अलावा सपने भी दर्ज करता है) डॉक्टर डीमेन्ट और उन के सहयोगी इतना जानने मे सफल हो गये है कि 'क्रियाशील नीद' की स्थिति मे आदमी काफी बेचैन और परेशान रहता है, और उस के मस्तिष्क मे विभिन्न स्वप्न तथा तरंगें सिनेमा के परदे पर फिल्म के दृश्यों की भांति नाचते रहते हैं। इस अवस्था में उस की स्वेद-ग्रन्थियाँ अधिक सक्रिय हो जाती है और यदि

---

१. Sleep—by Dr. Kleitman. et al.

रक्तचाप काफी अधिक बढ जाये तो आदमी को कभी-कभी सोते-सोते ही दिल का दौरा पड़ जाता है और वह सदा के लिए सो जाता है ।

जब १४ साल पहले वैज्ञानिकों ने 'रैम निद्रा' का आविष्कार किया था, तब वे ऐसा मानते थे कि इस प्रकार की नीद का मुख्य कार्य स्वप्न लेना ही है। पर, नवीनतम प्रयोगों से प्रमाणित हो गया है कि स्वप्न लेना 'रैम निद्रा' का एक गौण कार्य ही है । नवजात शिशु, जिस की निद्रावस्था का आधे से ले कर तीन चौथाई के क़रीब समय रैम निद्रा मे ही व्यतीत होता है (और जो इसी प्रकार की नीद में चुस्कियाँ लेता है, इधर-उधर लोटता या छटपटाता है, और मुँह बनाता है) उस के लिए रैम निद्रा स्नायुजाल के विकास के लिए आवश्यक उत्तेजना प्रदान करती है । अजन्मा शिशु चौबीस घंटे रैम निद्रा की स्थिति मे रहता है । बिल्ली पर, जो अपनी गहरी नीद के लिए मशहूर है, अनेकानेक प्रयोग कर के डॉ० डीमेन्ट इस निष्कर्ष पर पहुँचे है कि रैम निद्रा मे एक रहस्यमय चेष्टावहा नाड़ी सक्रिय हो जाती है, जो मांसपेशियो को शिथिल बना देती है ।

एक बार उन्होंने कई बिल्लियों को 'रैम निद्रा' से लगातार ७० दिनों तक वंचित रखा । परिणामस्वरूप, उन में से कुछ बेहद अशान्त और उग्र बन गयी, और कुछ बेहद आलसी । वयस्क पुरुषों पर किये गये प्रयोगों से उन के शराब पीने की आदत नासूर आदि के इलाज के आशादायक सूत्र मिले ।

जब एक व्यक्ति को लगातार १६ रातों तक रैम निद्रा से वंचित रखा गया, तब वह अत्यन्त क्रोधी, चिड़चिड़ा और लगभग पागल हो गया । डॉ० डीमेन्ट का कहना है कि मानसिक रोगियों को रैम निद्रा से वंचित रखने के परिणाम भयंकर हो सकते है । उन के प्रयोगों का एक आश्चर्यजनक परिणाम यह भी निकला है कि मानसिक रोगों पर विद्युत्-तरंगों का प्रयोग उन की रैम निद्रा की मात्रा को काफ़ी कम कर सकता है । रैम निद्रा के प्रभावों और बिजली के इलाज के अद्भुत साम्य को जानने के प्रयोग चल रहे हैं ।

इन प्रयोगों से यह भी मालूम हुआ कि आदमी के मस्तिष्क के अन्दर कोई न कोई ऐसी अज्ञात व्यवस्था अवश्य मौजूद है, जो रैम निद्रा के अच्छे और बुरे नतीजों को दर्ज करती रहती है । जब किसी कारणवश, किसी व्यक्ति को पूरी मात्रा मे रैम निद्रा नही मिल पाती, तो यह व्यवस्था पूरा जोर लगा कर, इन दोनों नतीजों के अन्तर को कम करने का प्रयत्न करती है । ऐसा कैसे और क्यों होता है, यह डॉ० डीमेन्ट के शब्दों मे 'इस दशाब्दी की सब से अधिक हृदयग्राही जैविकीय पहेली है ।'

हाल के वैज्ञानिक प्रयोगों से यह भी सिद्ध हो गया है कि शराबी के दृष्टिभ्रम असल मे उस के स्वप्नो के परिवर्द्धन ही है । हालाँ कि ऐसे दृष्टिभ्रमों के दौरान, शराबी की आँखें खुली रहती है तथापि उन के सब हाव-भाव दुस्स्वप्न देखने वाले व्यक्तियों जैसे ही होते है । अत्यधिक मदिरापान करने वाला, जैसे ही मदिरापान कम करता है, उस की रैम निद्रा दृष्टिभ्रम रूपी दुःस्वप्नो मे फूट पड़ती है ।

'रैम' निद्रा का प्रभाव मस्तिष्क के अलावा शरीर के अन्य भागों पर भी होता है। हृदय-रोग से पीड़ित १० रोगियो पर किये गये प्रयोगों से पता चला है कि उत्तेजक और आवेगपूर्ण सपनो का ऐसे रोगियो पर वही प्रभाव होता है जैसा भावोत्तेजक वास्तविक घटनाओं का। प्रयोगो से नीद के बारे मे प्रचलित अनेक बातें भी गलत सिद्ध हुई। सोने से पहले कॉफी या किसी गरम पेय का सेवन करने, अधिक खाने, शराब पीने या धूम्रपान करने का नीद से कोई सम्बन्ध नही है। स्वाभाविक नीद आयी हो तो आदमी कही भी सो सकता है। शारीरिक श्रम करने वाले लोग जल्दी और देर तक सोते है। वैसे बुद्धिजीवी लोग साधारणतया युवावस्था में मामूली लोगों से ज्यादा और वृद्धावस्था में कम सोते हैं। महिलाएँ पुरुषो की अपेक्षा अधिक सोती हैं। सामान्यतया ६ से ८ घंटे तक नीद स्वास्थ्य के लिए उचित है, पर कुछ व्यक्ति इस से कम या ज्यादा सो कर स्वस्थ रह सकते है। नीद न आने का डर तथा मन को घेरे रखने वाली चिन्ताएँ, नीद न आने के सब से बडे कारण हैं। आज के युग मे नीद न आना एक अभिशाप और रोग बन कर रह गया है। जिस से मनुष्य नीद की गोलियो आदि की मदद से, जितना ही मुक्त होने का प्रयत्न करता है, उतना ही अपना तनाव और शरीर की बेचैनी को बढाता जाता है। वह नीद की गोलियो की मदद लेता है, जो उसे कुछ समय तक बेहोशी के आलम मे अवश्य रख सकती है, पर जिन की आदत जानलेवा बन सकती है, और जो किसी भी हालत मे स्वाभाविक निद्रा का स्थान नही ले सकती, उस स्वाभाविक निद्रा का, जो मौक़ा मिलते ही अपनी कमी को पूरा करने की कोशिश करती है।

१९३८ मे डॉ० क्लीटमैन ने एक विभिन्न प्रयोग किया। उन्होंने अपने कुछ तरुण विद्यार्थियों को एक ऐसी गुफा मे कई दिनों तक रखा, जिस मे न रोशनी जाती थी, न शोरगुल और जिस के बाहरी तापमान मे भी कोई परिवर्तन नही होता था। वहाँ सब १९ घंटा जागते थे और ९ घंटा सोते थे। विद्यार्थियों की शारीरिक क्रिया २४ घंटे के ही नियम से होती रही। लेकिन वृद्ध क्लीटमैन अपने को विद्यार्थियो के अनुकूल नही बना सके। इस प्रयोग से वैज्ञानिकों को यह नयी बात मालूम हुई कि नीद को कोई नयी प्रणाली अपनाने मे आयु और आदत बाधक बन जाते है। परन्तु निद्रा की प्रणाली को साधारण तापमान और बाह्य परिस्थितियों मे परिवर्तन कर के बदला जा सकता है।

अनिद्रा-रोग के रोगियों के लाभार्थ किये गये एक अन्य प्रयोग मे एक वैज्ञानिक ने यह सिद्ध कर दिखाया कि २४ घटे के स्थान पर ४८ घंटे के दिन मे भी लोग सहज ढंग से रह सकते है, और खासतौर पर अनिद्रा रोग के रोगी। अधिक समय तक लगातार जागते रहने से भी सजगता और कार्यपटुता बढ जाती है। शरीर की स्नायुएँ और मासल भाग इतनी अधिक व्यस्तता के बाद तीव्रता से आराम खोजते है, जिस से नीद अच्छी और गहरी आती है।

अनिद्रा-रोग को दूर करने का एक तरीक़ा यह भी है कि कृत्रिम रूप से सोने की पद्धति को बदल दिया जाये। अन्तरिक्ष-यात्रियों को सप्ताह मे केवल एक बार ही लम्बे समय तक सोने का मौक़ा मिल सके, कार्यरत सैनिक भी अधिक समय तक जाग कर अपनी नीद एक ही बार, काफी देर तक सो कर पूरा कर लें और इस पर भी उन के स्वास्थ्य और उन की कार्यक्षमता मे कोई फर्क न पड़े, इस के लिए प्रयोग किये जा रहे है।

कृत्रिम निद्रावस्था

इतना ही नही ऐसी दीर्घ निद्रा की प्राप्ति के प्रयोग भी चल रहे है, जो घंटों तक नहीं वर्षों तक चलेगी। आज यह तो स्वीकार किया जा चुका है कि मानव मे हफ़्तों और सालों तक चलने वाली निद्रावस्था पूर्णतया सम्भव है। कुछ वैज्ञानिक यहाँ तक कहने लगे है कि मानव मे लगातार बीस वर्षों तक चलने वाली कृत्रिम निद्रावस्था की उपलब्धि भी आने वाले पन्द्रह बीस वर्षो मे की जा सकती है, बशर्ते प्रयोग अबाध रूप से होते रहें। डीमिथाइल सल्फो-ऑक्साइड रसायन के जरिये यह कृत्रिम निद्रावस्था प्राप्त की जा सकती है। इस अवस्था मे शरीर का तापक्रम बर्फ के जमने के तापबिन्दु से भी नीचे रहेगा और उसे सामान्य तापक्रम पर लाने के लिए सोये हुए व्यक्ति को बीच-बीच मे उठाने की जरूरत पडेगी।

इस सम्भावना के बाद असाध्य रोगों से पीड़ित रोगियो की चिकित्सा ज्यादा अच्छे तरीक़े से हो सकेगी और रोगग्रस्त अंगो को आसानी से निकाल कर, उन के स्थान पर स्वस्थ अंगो को जोडा जा सकेगा। रक्तवाहिनियो का सम्बन्ध यान्त्रिक हृदय से कर के मृतप्राय रोगी को काफी समय तक जीवित रखा जा सकेगा।

अनिद्रा रोग कभी-कभी भयकर रूप धारण कर लेता है, और तब रोगी आत्महत्या तक कर बैठता है। ऐसे उदाहरण अकसर पढ़ने को मिलते है। इस में आश्चर्य की कोई बात नहीं है, कारण लम्बे काल तक चलने वाली अनिद्रा निश्चय ही आदमी के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को हानि पहुँचाती है। चेकोस्लोवाकिया में हुए एक वैज्ञानिक प्रयोग ने यह बात अन्तिम रूप से सिद्ध कर दी।

इस प्रयोग मे ४ युवको और २ युवतियों को लगातार ५ दिनो तक सोने नही दिया गया। टेलीविजन के माध्यम से सारे चेकोस्लोवाकिया ने इन छहो को जागते तथा अनिद्रा की उन पर प्रतिक्रिया होते देखी। पहली रात ये छहों बड़े आराम से जागते रहे। पर, दूसरी रात उन की सोचने की शक्ति कमज़ोर पड़ने लगी। तीसरे दिन की सुबह को सोने की उन की इच्छा अदम्य थी। आँखें सूख कर जलने लगी थी, और उन्हे एक के दो दिखाई दे रहे थे। नींद की बलवती आकांक्षा को दबाने के लिए उन्हे घूमने और नृत्य करने की सलाह दी गयी। पर क्रमशः उन के लिए घूमना या नृत्य करना भी असम्भव हो गया। वे न तो कोई वस्तु अपने हाथो मे देर तक सँभाल

सकते थे, और न किसी कार्य या वस्तु पर कुछ सेकंडों से अधिक समय के लिए अपना ध्यान केन्द्रित कर सकते थे। एक दिलचस्प बात यह थी कि युवतियों पर अनिद्रा का प्रभाव इतना तीव्र नही हुआ था, और वे युवकों की अपेक्षा अधिक चुस्त और स्वस्थ थी। वे स्वस्थचित्त व्यक्तियों की भाँति हँस-खेल सकती थी। चौथे और पाँचवें दिन युवकों में अधीरता, अनिश्चय के लक्षण अधिक प्रबल रूप में दिखाई पड़े। भोजन के प्रति रुचि कम हो गयी।

डॉक्टर कुहन का कहना है कि स्वस्थ व्यक्ति अपने स्वास्थ्य को बिना कोई गम्भीर हानि पहुँचाये १२५ घंटो तक जाग सकता है और इतनी अवधि तक न सोने का दुष्प्रभाव लगातार १० से १८ घंटों तक बराबर सोने पर चला जाता है। पर, यदि

क्रियाशील नींद (रैम)

दाईं आख
बाईं आख
कम और तेज मस्तिष्क तरंगें
बेचैनी में लय से टूटी मस्तिष्क तरंगें

ऊंघना

दाईं आख
बाईं आख
जागते हुए मस्तिष्क तरंगें
गहरी नींद मे मस्तिष्क तरंगें

इस से अधिक समय तक जागा जाये तो या रोज रात्रि-जागरण किया जाये, (जैसा कि रात मे जागने वाले चौकीदार आदि को करना पडता है) तो शरीर के अंगों की क्रिया की लय बुरी तरह भंग हो जाती है, और यह आदत भाँति-भाँति के शारीरिक और मानसिक रोगों को जन्म देती है। आजकल अनिद्रा रोग के तेज़ी से फैलने के कारणों मे एक कारण है—रात भर चलने वाले कार्यो और धन्धों मे वृद्धि।

उन लोगों की बात पर एकदम यकीन न कर लीजिए जो या तो यह कहते रहे हैं कि उन्हें रात भर नीद नही आयी या यह कि वे रात को एक क्षण के लिए भी नही जागे। ऐसी मिसालें मौजूद है जब वैज्ञानिकों ने रात भर न सोने वालों को रात भर

खुर्राटे भरते पाया और एक क्षण के लिए भी न जागने वालो को बडी बेचैनी से रातें गुजारते पाया। इस बारे मे आदमी का कथन इतना विश्वसनीय नही जितना निद्रा-यन्त्रों द्वारा दिये गये निर्णय। हम सब अपनी जाग्रतावस्था का कुछ न कुछ भाग खुली आँखों की नीद (मायक्रोस्लीप) मे बिताते है, जब मस्तिष्क अपनी थकावट दूर कर तरोताज़ा होता है।

वैसे, दुनिया मे एक ऐसा आदमी भी है, जो न कभी सोता है, न कभी सपने देखता है। यह व्यक्ति है—स्पेन का ६५ वर्षीय वेलंटीन मेडिना पेञ्स। उस के परिवार के सदस्यो, पड़ोसियों और डॉक्टरों का कहना है कि उन्होंने उसे कभी सोते नही देखा। वह बचपन से आज तक नही सोया है। युवावस्था मे जब वह सेना मे था, तब वह दिन भर काम करने के बाद, रात को सन्तरी बन कर पहरा भी देता था। उसे सुलाने के लिए उस के साथियों ने कई बार शराब और नीद की गोलियाँ दी पर उस पर उन का कभी कोई प्रभाव नही हुआ। वह हमेशा से सरल और चिन्तारहित जीवन जीता आया है। चूँकि उस का जीवन समस्यामुक्त है, इस लिए उसे कभी सपनो की जरूरत नही पड़ती।

वैज्ञानिकों ने इस बारे मे भी खोज की है कि हमे कितनी नीद की जरूरत है। ४० वर्षो से नीद का अध्ययन करते आ रहे डॉक्टर क्लीटमैन का कहना है—"जिस तरह प्रत्येक व्यक्ति की भूख निश्चित तथा अन्य व्यक्तियो से अलग होती है, उसी प्रकार उस की नींद की मात्रा भी निश्चित और अन्य व्यक्तियों से अलग होती है। इस बारे मे कोई नियम निर्धारित नही किया जा सकता। जितनी नीद के बाद व्यक्ति अपने-आप को स्वस्थ और अगले दिन के काम के लिए चुस्त और तत्पर पाये वही उस के लिए आदर्श नीद है।"

एक चिकित्सक डॉ० टिल्टर ने सच ही कहा है—"आदमी के ऊपर कार्य का बोझ जितना ज्यादा बढ़ता जाता है, उस की नीद की जरूरत भी उतनी ही ज्यादा बढ़ती जाती है। आदमी जितना ही अधिक व्यस्त हो, उसे उतना ही अधिक सोना चाहिए। दुर्भाग्य से आज इस का ठीक उलटा देखने मे आता है। परिणामस्वरूप, सतत तनाव के कारण जन्मी घातक बीमारियाँ बढती जाती है।" 'तनाव सिद्धान्त' के जन्म-दाता डॉ० सेल्ये भी इसी बात का अनुमोदन करते हुए कहते है—"नीद की कमी खुद एक तनाव है और सरदर्द, कमजोरी, जोडो मे दर्द, चिड़चिड़ापन आदि प्रारम्भिक रोगों से ले कर अन्त मे आकस्मिक मृत्यु का कारण भी बन सकती है।" वृद्धावस्था के कई अस्पष्ट रोगों की जड़ मे नीद की कमी या अनिद्रा रोग ही है। यह धारणा गलत है कि वृद्ध व्यक्तियों को ज्यादा नीद की जरूरत नही पड़ती। उलटे उन्हे आठ घंटे से अधिक सोना चाहिए। इस के अतिरिक्त यदि वे शाम को भी एक घंटा सो सकें तो और भी अच्छा, तथा इस से उन्हे रात को भी ज्यादा गहरी नीद आयेगी।"

निद्रा-चिकित्सा-पद्धति

डॉ० एडवर्ड हारपर ने अपनी विशेष निद्रा-चिकित्सा-पद्धति स दमा, त्वचा-रोगों, जठररोग आदि रोगों से पीड़ित रोगियो को ठीक किया है। वे अपने रोगियों को १० से १४ दिनों तक सोने देते है और सुबह-शाम को कुछ देर के लिए ही उठाते है। इस चिकित्सा-पद्धति का सहारा मानसिक रोगो का इलाज करने वाले मानस-रोग-विशेषज्ञ भी लेते है।

क्या हम सब रोज उतनी नीद ले लेते है, जितनी हमे लेनी चाहिए? डॉक्टरों का कहना है कि दुनिया के आधे से अधिक व्यक्ति सुबह को तरोताज़ा नही उठते, जिस के सीधे अर्थ यह है कि वे पूरी नीद नही लेते। बहुत कम व्यक्ति नियम और निष्ठा के साथ पूरी नीद लेते है। जिस प्रकार हम भोजन की दिनचर्या और मात्रा का पालन नही करते, उसी प्रकार नीद की दिनचर्या और मात्रा का भी नही करते। और, इस का कुपरिणाम हमें आगे चल कर गम्भीर शारीरिक और मानसिक रोगों के रूप मे भुगतना पड़ता है।

हमारे पुरखे रात को नौ बजे सो जाते थे, और सुबह को चार बजे उठ जाते थे। वे रात्रि के भोजन के दो घण्टे बाद सोते थे, और सोने से पहले कोई खाद्य या पेय पदार्थ नही लेते थे, और ना हा किसी उत्तेजक वादविवाद मे भाग लेते थे। फलस्वरूप, वे हम से कही अधिक स्वस्थ और दीर्घजीवी होते थे।

यदि आप चाहते है कि आप की दृष्टि और स्मृति तेज़ हो, त्वचा उज्ज्वल और दमकती हुई हो, हाजमा ठीक हो, वजन और शक्ति आप की आयु के अनुरूप हो, तो सदा एक स्वर्ण-नियम का पालन कीजिए। दिन भर डट कर मेहनत कीजिए और शाम को सात बजे खाना खा कर तथा थोडा टहल कर ठीक नौ बजे सो जाइए और फिर सुबह चार बजे उठ जाइए।

चौबीस घंटे मे सात-आठ घंटे की नीद एक आवश्यकता है, सुख-साधन नही, जैसा कि आमतौर पर समझा जाता है। अपने शारीरिक और मानसिक सन्तुलन तथा सामंजस्य को बनाये रखने के लिए हमे नीद के एक घंटे की भी उपेक्षा हरगिज नही करनी चाहिए, अन्यथा हमे इस की भारी क़ीमत चुकानी पड सकती है।

सपने— मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य

इसी प्रकार सपने भी मानसिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है। फ्रायड के अनुसार: यदि किसी व्यक्ति को, किसी तरीके से सपने देखने से वंचित कर दिया जाये, तो वह जल्दी ही पागल हो जायेगा। कारण ऐसी अवस्था मे उस के मस्तिष्क मे अधूरे विचारों और अस्पष्ट प्रभावो का ढेर का ढेर जमा होता जायेगा जो परिपक्व और सम्पूर्ण विचारों को भी स्मृति-भण्डार मे नही जाने देगा। सपने दिन-रात सक्रिय रहने

वाले मस्तिष्क के लिए 'सेफ्टी-वाल्ब' का काम करते है। उन में शमन करने की भी शक्ति होती है और स्वस्थ करने की भी।

यदि आदमी सपने देखना बन्द कर दे तो असमय ही बूढा हो जाये। वे ईश्वरीय देन भले ही न हो, श्रान्तिविनोदन के मूल्यवान् साधन है, और जीवन के सफ़र के दिलचस्प साथी।

पहले ऐसा समझा जाता था कि बहुत अधिक सपने देखना या लम्बे समय तक सपने देखना अस्वाभाविक है। पर अब वैज्ञानिक प्रयोगों से यह बात निश्चित हो गयी है कि सपने देखना साँस लेने की तरह जागरण-निद्रा-क्रम की एक अति स्वाभाविक क्रिया है। जब इस क्रिया में कोई बाधा पहुँचने लगती है तो मनुष्य अस्वाभाविक कार्य करने लगता है। एक वैज्ञानिक ने एक व्यक्ति को कई रातों तक सोने तो दिया, पर सपने नही देखने दिया। नतीजा यह हुआ कि उस ने छोटी-मोटी चीजें चुरानी आरम्भ कर दी, जो उस को प्रकृति के एकदम प्रतिकूल था। पर जैसे ही उसे सपने देखने के लिए स्वाधीन छोड़ा गया, उस की यह आदत छूट गयी।

सपने किस प्रकार आरोग्य और स्फूर्ति प्रदान कर सकते है, इस बारे मे विख्यात मानसशास्त्री पर्कन्जी का कहना है, "खास तौर पर सृजनशील सपने नयी जीवनीशक्ति प्रदान कर, हमे क्रियाशील बनाते है। हमारी कल्पना ही उन की सृष्टि करती है, और उन का हमारे बीते दिन के कार्यकलापों से प्रायः कोई सम्बन्ध नही होता। दिन के तनावों से मुक्ति पाने और विश्रान्ति प्राप्त करने के लिए मन ऐसे सपनो की शरण मे जाता है। वह सपनों मे ऐसी परिस्थितियो का निर्माण करता है जो जाग्रतावस्था की परिस्थितियों से भिन्न होती हैं। दिन की कष्टदायक परिस्थितियों का इलाज वह सुखदायक सपनों की सृष्टि करके करता है। चिन्ता और घृणा को वह प्रेम और विश्वास के सपनो को जन्म दे कर दूर करता है। जागते समय हमारे मन पर जो मानसिक आघात लगते है, आशादायक सपने उन पर मरहम का काम करते है। नीद का हमारी मानसिक क्रियाओ पर हितकारी प्रभाव पड़ता है, और नीद अपना कल्याणकारी प्रभाव स्फूर्तिदायक सपनो के माध्यम से भी डालती है।

पर, जब हम नीद के इस कल्याणकारी प्रभाव को प्राप्त करने मे असमर्थ रहते है, और मानसिक तनावों के असह्य भार से सदा दबे रहते हैं तो स्वप्न भ्रमण (Sleepwalking) नामक मानसिक रोग के शिकार हो जाते है। यह एक अत्यन्त गम्भीर रोग है, जिस का इलाज कोई कुशल और सहानुभूतिशील मानस-रोग-विशेषज्ञ ही कर सकता है।

स्वप्नचारी को होश मे आने पर अपने स्वप्नभ्रमण की कोई बात याद नहीं रहती। कारण उस अवस्था मे उस का चेतन मन निष्क्रिय और शिथिल रहता है, और अवचेतन मन, जिस पर न चेतन मन का कोई नियन्त्रण है, न दुनिया के किसी नियम और रीतिरिवाज का, ही सक्रिय रहता है।

इस विचित्र रोग से ग्रस्त व्यक्ति की क्या हालत हो जाती है, यह नीचे के कुछ उदाहरणों से स्पष्ट है।

स्वप्न-भ्रमण के विचित्र प्रसंग

इंगलैंड, जहाँ स्वप्न मे भ्रमण तथा अन्य कार्य करने वाले व्यक्तियों की संख्या लाखों में है—के स्काटलैंड-यार्ड (गुप्तचर विभाग) के एक अधिकारी को सूचना मिली कि नगर में एक खून हो गया है। हत्यारे की खोज का काम उसे सौंपा गया। उस का शक जिस व्यक्ति पर था वह अन्य नगर में चला गया था। वह अधिकारी उसे ढूँढने के लिए उस नगर मे पहुँचा। पर, वहाँ पहुँचने के तीन-चार दिन बाद, उसे मालूम पडा कि वहाँ भी ठीक पहले वाले खून की तरह एक खून हो गया है। अधिकारी का सन्देह दृढ हो गया कि हो न हो, इन दोनो खूनों की तह मे वही व्यक्ति है, जिसे खोजने वह आया है। इस खोज मे उस के विभाग के कुछ और लोग भी शामिल हो गये।

कुछ दिन बाद, जब हत्यारे का पता लगा, तो लोग यह जान कर दंग रह गये कि हत्यारा वही पुलिस-अधिकारी था जो हत्यारे की खोज कर रहा था।

मानस-शास्त्रियों के परीक्षण से पता चला कि वे महाशय स्वप्नचारी थे, और हत्या बिना किसी राग-द्वेष के अज्ञात-स्थिति में ही करते थे। सोते-सोते, एक खास ढंग से हत्या कर आते थे, और जागने पर इस बात को बिलकुल भूल जाते थे। यदि उन के साथियों ने उन्हे पकड़ा न होता, तो न जाने कितने निर्दोष व्यक्ति उन के हाथों प्राण खो बैठते।

भारत की एक रियासत के राज-परिवार की १३-१४ साल की एक किशोरी स्वप्नों मे ही अपने सन्दूक को खोल कर सब कपडे निकाल लेती, और उन्हे फिर जमा कर वैसे ही रख देती; जिस कपडे को सीना होता, उसे ठीक काँट-छाँटकर सी लेती, और अन्त मे जा कर सो जाती। इस अवस्था मे वह जो करती, उस का साक्षी उस का बाह्य मन नही होता था।

स्काटलैंड यार्ड के हत्यारे अधिकारी की भाँति आस्ट्रेलिया की एक ५० वर्षीय विवाहित महिला ने भी नीद की अवस्था मे हत्या की थी। मैलबौर्न की एक अदालत मे पेश हुए उस के मामले से लोगों को पता चला कि एक रात उस ने सपना देखा कि उस ने कुल्हाडी से अपनी १९ वर्षीया पुत्री की हत्या कर दी है। अगले दिन जागने पर उस ने खून मे लथपथ अपनी पुत्री को अपने पास पडे पाया। यद्यपि मनोवैज्ञानिकों की राय मे उस ने ही निद्रित अवस्था मे अपनी पुत्री की हत्या की थी, तथापि ज्यूरी ने यह फैसला कर के कि हत्या करते समय उस के सुषुप्त बाह्य मन को यह मालूम नहीं था कि वह क्या कर रही है, उसे छोड़ दिया।

एक अन्य रियासत के महाराजा रात मे उठ कर, खुली आँखों से जागृत-जैसी

स्थिति में शयनकक्ष से सीढियों द्वारा नीचे आ कर पोर्च में खड़ी अपनी कार मे सवार हो कर, उसे स्टार्ट करते; और कुछ देर घूम कर फिर वापस आ जाते, और कार खडी कर के, फिर शयन-कक्ष मे वापस आ कर सो जाते थे। सब कुछ अत्यन्त सजग अवस्था जैसी सावधानी से होता। पर, सुबह होते ही, उन्हें कुछ याद नही रहता था कि वे किस समय, कितनी देर के लिए और कहाँ गये थे।

दक्षिण भारत के एक गाँव मे, सुबह ही सुबह, लोगो ने एक ब्राह्मण को ताड के पेड़ के शिखर से चिल्लाते सुना। जब उसे नीचे उतारा गया तो उस ने एक अजीब कहानी सुनाया। रात मे उस ने सपना देखा था कि एक सुन्दर युवती उसे एक जगमगाते हुए महल मे आने के लिए आमन्त्रित कर रही है। वह, बिना यह जाने कि क्या कर रहा है, ताड के पेड पर चढ गया। ऊपर चढ़ जाने के बाद, उस का स्वप्न-संचरण एकाएक समाप्त हो गया, और वह सुबह होने तक जप-पाठ करता रहा। अन्त-र्मन की प्रेरणा ने उसे स्वप्नावस्था मे भी सक्रिय बना दिया था।

मध्य भारत के एक किसान को आदत थी, खेत का काम पूरा करने के बाद बड़ के एक पेड के नीचे कुछ देर आराम करने की। रात मे भी वह प्रायः सपने मे चलता-फिरता उस बड के पेड़ के नीचे आ कर सो जाता था। सुबह को उसे आश्चर्य होता था कि वह घर मे पलंग पर न सो कर, यहाँ दो मील दूर पेड़ के नीचे क्यो सो रहा है! पर, उसे एक दिन भी इस बात का पता न चला कि वह कब और कैसे पेड के नीचे पहुँच जाता था।

लेकिन स्वप्न-भ्रमण में सब से अधिक फ़ासला तय करने का विश्व रेकार्ड शायद उत्तर भारत के एक सज्जन ने स्थापित किया है, जो इस रहस्य से अज्ञात होते हुए कि वह कब उठे थे और उठ कर कहाँ चले जा रहे है, १६ मील का खतरनाक फ़ासला, बड़े आराम से तय कर लेते थे। शायद उन का मुकाबला वह विदेशी स्वप्न-चर ही कर सकें, जो सपनो मे जागृति अनुभव कर के, नाव खेते-खेते, तूफानी नदी पार कर लेते थे, और सुबह को ताज्जुब करते थे कि उन्हे वहाँ कौन छोड़ गया!

प्रत्यक्षदर्शियो का कहना है कि अनेक ऐसी माताएँ, जिन की नींद चीखने-चिल्लाने से भी भंग नही होती, अपने बच्चे के कुनमुनाने पर भी, बिना जागे उसे सहलाने लगतो है। उन के अवचेतन मन की संवेदनशीलता विशेष रूप से बच्चे को परेशान पा कर ही जागृत हो पाती है। यही सवेदनशीलता सुषुप्ति मे भी उन्हे सक्रिय बना देती है। दक्षिण भारत की एक नववधू सपने की अवस्था मे ससुराल से पीहर चली जाती थी।

मानसशास्त्रियों का कहना है कि सपने मे चलने-फिरने का रोग सब से अधिक बच्चों मे होता है। कारण बच्चो का केन्द्रीय स्नायुमण्डल अधिक विकसित नही होता। नीद मे चलने वाले व्यक्ति की भाँति निद्राचारी बच्चे भी जागने पर निद्राभ्रमण की अपनी गतिविधियो को कभी याद नही रखते। कभी-कभी तो उस के कारण भीषण

दुर्घटनाएँ भी हो जाती है।

मद्रास मे, कुछ समय पहले, दस साल का एक लड़का सुप्तावस्था में चलते-चलते अपने घर की छत पर आ गया, और इस से पहले कि नीचे खड़े कुछ लोग उसे बचाने के लिए ऊपर भागें, वह छत पर चलता-चलता नीचे सड़क पर जा गिरा।

ऐसी ही दुर्घटना लन्दन मे, कई साल पहले हुई थी। उत्तरी लन्दन के एक फ्लैट मे रहने वाला एक स्कूली छात्र, जिसे निद्राभ्रमण की शिकायत थी, अपने सोने के कमरे से उठ कर देहली पर आ गया। इस से पहले कि उस का पिता जो सहसा जाग गया था, उसे बचा सके, वह देहली पार कर सीमेन्ट के अहाते मे गिर पड़ा, और १४ घंटे बाद मर गया।

यह दो उदाहरण इस भ्रमजनक तर्क का खण्डन करते हैं कि स्वप्नचारियों के बारे में चिन्तित रहने की कोई आवश्यकता नहीं है। स्वप्नचारी जब बच्चा या महिला हो, तो विशेष रूप से सतर्कता बरतनी चाहिए। डॉक्टरों का कहना है कि भले ही स्वप्नचारी प्रकट न करे, पर उसे चोट लगने पर उतना ही कष्ट होता है, जितना स्वस्थ व्यक्ति को। ब्रिटेन का ग्यारह साल का एक स्वप्नचारी बालक अपने सोने के कमरे की खिड़की से १५ फुट नीचे गिर गया। यद्यपि गिर जाने के बाद भी, कुछ घंटों तक वह नही जागा, पर अस्पताल में उस का इलाज करते समय पाया गया कि उस की चोट मामूली नहीं थी।

अमरीका के कैलीफोर्निया विश्वविद्यालय के दो प्रयोगकर्त्ताओं ने पिछले दिनों यह सिद्ध कर दिया कि "स्वप्नचारी खामोश निद्रा के समय ही चलता है। वह उस समय नहीं चलता जब स्वप्नावस्था अपनी चरम सीमा पर होती है।" पर अन्य स्वप्न-शास्त्रियों की भाँति उन्होंने भी यह स्वीकार किया है कि "स्वप्नभ्रमण स्वप्न देखने का ही अत्यन्त सक्रिय रूप है। इस स्वप्न में अवचेतन मन अर्द्धचेतन होता है, और आँखें खुली हों, या बन्द, जाग्रत् आँखों के समान ही काम करती है।"

सपनों में नयी भाषाएँ सीखिए

प्रगाढ निद्रा में आदमी चल-फिर ही नही सकता, नयी-नयी भाषाएँ भी सीख सकता है। लेकिन इस के लिए उसे बाहरी सहायता की आवश्यकता पड़ती है।

रूस में, जहाँ सपनों द्वारा पढाई के प्रयोग बड़े जोर-शोर से चल रहे है, एक महिला ने स्वप्नावस्था में ही, कुल २८ दिनों मे अँगरेजी बोलना सीख लिया। कीब विश्वविद्यालय मे हुई एक परीक्षा से ज्ञात हुआ कि इस अवधि मे उस ने जितनी अँगरेजी सीखी थी, उतनी साधारण छात्र एक साल का कोर्स पूरा करने पर ही सीख पाते हैं।

चेकोस्लोवाकिया मे अँगरेजी सिखाने के लिए, रेडियो स्टेशन से एक विचित्र पाठ्य-क्रम प्रसारित किया जाता है। ७००० छात्र-छात्राओं के घर तार द्वारा रेडियो-स्टेशन से जुड़े हुए है। दस पाठों मे विभाजित पाठ्यक्रम पाँच महीने तक सिखाया

जाता है। एक पाठ की अवधि बारह घंटे है—रात के आठ बजे से सुबह के आठ बजे तक। आठ बजे से ग्यारह बजे तक पाठ, बैठे हुए, खाना खाते हुए या आराम करते हुए सुनिए। कुछ भी कीजिए, पर शर्त यह है कि आप का ध्यान पाठ की ओर ही केन्द्रित होना चाहिए। ग्यारह के बाद आप को लोरी सुना कर सुला दिया जायगा। फिर पाठ को, दो बजे तक धीरे-धीरे लोरी के स्वर मे दोहराया जाता है। सोते रहिए, पाठ दोहराते रहिए। दो बजे एक तेज आवाज़ आप को जगा देगी, और रेडियो-स्टेशन मे बैठे अध्यापक महोदय संक्षेप मे पाठ का सिंहावलोकन करेंगे। फिर पाँच बजे तक आप को तंग नही किया जायगा। हाँ, ठीक पाँच बजे तक आप को उठा कर फिर वही पाठ दोहरा कर आप की याददाश्त को ताज़ा किया जायगा। आप देखेंगे कि पाठ आप को, बड़ी आसानी से, पूरी तरह याद हो गया है। अब अगला पाठ दो हफ़्ते बाद सिखाया जायेगा। इस तरह, पाँच ही महीने मे सोते-सोते और सपने देखते-देखते आप उतनी अँगरेज़ी सीख लेंगे, जिसे सीखने मे साधारण छात्र को तीन साल लग जाते है। इसी प्रकार, अन्य भाषाएँ सिखाने की योजनाएँ भी बन रही है।

'नीद में पढ़ाई' की इस विधि को 'हिप्नोपेडिया' कहते है। रूस, अमरीका तथा अन्य देशों मे प्रयोगों से यह सिद्ध हो चुका है कि इस विधि से किसी भी व्यक्ति को नयी भाषा मे पारंगत बनाया जा सकता है, और उसे नयी-नयी सूचनाएँ दी जा सकती है। इस विधि के एक विशेषज्ञ प्रोफेसर साइवाडौस का कहना है कि 'नीद मे पढ़ना जाग्रतावस्था में पढ़ने से कही अधिक सुगम हैं। निद्रावस्था मे हमारे मस्तिष्क का पाँचवाँ भाग ही सक्रिय रहता है। इस विधि से उसे अधिक सक्रिय बनाया जा सकता है।' प्रो० साइबाडौश तीस वर्षों से इस विधि को ले कर प्रयोग करते चले आ रहे हैं। उन्होंने यह सिद्ध कर दिया है कि थक जाने पर सतर्क मस्तिष्क के कुछ भाग अपने आप 'बन्द' हो जाते हैं, और किसी भी नयी सूचना को ग्रहण करने से इनकार कर देते है। नीद मे यह 'बन्द' भाग खुल कर नयी शक्ति और ताज़गी प्राप्त करते है, और बाह्य मन के निष्क्रिय रहने पर भी नयी सूचना ग्रहण और संग्रहीत कर सकते है।

'हिप्नोपेडिया' पद्धति में या तो आत्म-सम्मोहन से काम लिया जाता है, या उस विधि से जिस से चेकोस्लोवाकिया में अँगरेजी पढायी जाती है। इस विधि से विशेषज्ञ न केवल नयी भाषाएँ सिखा सकते है, अपितु स्वरोच्चारण भी बदल सकते है। द० अमरीका के एक अभिनेता-गायक रैमन विनाय ने इसी तरीक़े से अपना स्वरोच्चारण ठीक कर इटली की एक फ़िल्म में हीरो का रोल प्राप्त कर लिया था।

हालीवुड मे शीरोवर नामक एक अमरीकी स्वप्न-विशेषज्ञ 'हिप्नोपेडिया' की सहायता से नवोदित कलाकारों को अभिनय भी सिखाते है, और अभिनय-कला की बारीकियाँ भी। कमजोर याददाश्त वाले कलाकारों को वह इस तरीक़े से डायलॉग भी याद कराते है।

एक स्कूल के बीस छात्र-छात्राओं के दल की नाखून कुतरने की आदत छुड़ाने के लिए अमरीकी मानसशास्त्री डॉक्टर लारेन्स लोशन उन्हे स्वप्नावस्था मे हिप्नोपेडिया पद्धति से एक रेकार्ड सुनवाते थे, जिस मे एक ही लाइन बार-बार दोहरायी जाती थी : 'मेरे नाखून बहुत कड़वे हैं ।' कुछ ही दिनो में सब की नाखून कुतरने की आदत छूट गयी ।

इंगलैंड के नामी शिक्षा-शास्त्री और भाषणकर्त्ता डॉक्टर पार्क्स कैडमेन, जिन्होंने अमरीका में भाषण दे कर बहुत पैसा और नाम कमाया, अपने भाषणों को प्रभावशाली और सारगर्भित बनाने के लिए नींद और सपनों पर निर्भर रहते थे। सोने से पहले वे अपने भाषण के विषय पर काफ़ी सोचते थे । उन का चिन्तन क्रमबद्ध न होने पर भी सर्वतः पूर्ण होता था। सोते समय उन का अवचेतन विषय को अच्छी तरह सम्पादित कर उसे इस ढंग से क्रमबद्ध कर देता था कि अगले दिन धाराप्रवाह भाषण देने मे उन्हें कोई कठिनाई नहीं होती थी ।

'हिप्नोपेडिया' ने शिक्षाशास्त्रियों के सम्मुख एक नया और विस्तृत क्षेत्र खोल दिया है । इस क्षेत्र मे बड़ी तेजी से शोधकार्य हो रहा है, और कौन जाने अगले पन्द्रह-बीस सालों में यह शिक्षा-प्रणाली का एक अनिवार्य अंग ही बन जाये ।

लेकिन, हाल ही मे सोवियत अकादमी ऑफ मेडिकल सायन्सेज़ के प्रोफ़ेसर एम० सुमार-कोवा और ई० उशाकोवा, जो विश्व-स्वास्थ्य-संघ (W H O) के तत्त्वावधान मे 'हिप्नोपेडिया' विधि से रूस मे छात्र-छात्राओं को विभिन्न भाषाएँ सिखाने के कार्य का निरीक्षण करते है, का कहना है कि इस विधि में कुछ खतरे भी हैं, जिन से सावधान रहना आवश्यक है। उन्होंने चेतावनी दी है कि अप्रशिक्षित प्रयोगकर्त्ता जाने-अनजाने गलत सन्देश भेज कर छात्र-छात्राओं को गुमराह भी कर सकता है। ऐसा ही मत रूस के विख्यात स्वप्नशास्त्री पावलोव का भी है। असल में, नीद से पहले की अवस्था, जिसे 'हिप्नागोगिक' कहा जाता है, और जिस के बारे में वैज्ञानिकों को अभी तक अधिक ज्ञात नहीं है, मे प्राप्त जानकारी पूरी तरह अवचेतन मन तक नहीं पहुँचती, और बीच मे ही विकृत या कमजोर हो जाती है। "इसी लिए", उशाकोवा का कहना है, "जब तक वैज्ञानिक नींद की प्रत्येक अवस्था का सूक्ष्म और विस्तृत अध्ययन नहीं कर लेते, 'हिप्नोपेडिया' की उपयोगिता आंशिक ही रहेगी ।"

खैर, वह आगे की बात है। आइए, अब देखें कि सपनों की अजीबोगरीब दुनिया मे प्रवेश कर, अभी तक वैज्ञानिकों को क्या पता चल पाया है, तथा वे और क्या पता लगाने की कोशिश कर रहे है ?

स्वप्न क्यों दिखाई देते हैं ?

हमारे मस्तिष्क की तुलना एक ऐसे आश्चर्यजनक कम्प्यूटर से की जा सकती है, जो खरबों सूक्ष्म और स्थूल यादों को सुरक्षित रख सकता है। हम जो कुछ भी

देखते, सुनते, पढ़ते या अनुभव करते है, उस की याद हमारे मस्तिष्क में सुरक्षित रहती है । मामूली से मामूली बात की याद, किसी कारण से उत्तेजना पा कर, सपनों के रूप में प्रत्यक्ष अथवा सांकेतिक रूप से व्यक्त होती है ।

मस्तिष्क की इस पेचीदी प्रक्रिया को ब्रिटेन के एक मानसशास्त्री ने इन शब्दों में समझाने का प्रयत्न किया है, "हम दो स्तरों पर जीते है, चेतन और अचेतन स्तरों पर । हमारा चेतन मन रोज़मर्रा की घटनाओं का समझदारी से सामना कर, हमारे जीवन को नियन्त्रित रखता है, तथा उसे यथोचित ढंग से संचालित करता है । अचेतन मन का काम समस्त सूक्ष्म और असूक्ष्म भावनाओं और घटनाओं को, बिना किसी तर्क और लगाव के, स्मृतिभण्डार में सुरक्षित रखता है । भय, क्रोध, प्रेम, घृणा आदि नैसर्गिक प्रवृत्तियाँ भी उस के जिम्मे हैं । अचेतन मन को यदि एक अश्व मान लिया जाये, तो चेतन मन को अश्वारोही माना जा सकता है । अश्वारोही सदा अश्व को अपने क़ाबू में रखता है, पर कभी-कभी अन्धी मूलप्रवृत्तियों के वश में आ कर अचेतन मन रूपी अश्व चेतन मन रूपी अश्वारोही को गिरा कर निर्द्वन्द्व भागने लगता है। पर ऐसा कभी-कभी ही होता है, नहीं तो यह अश्व सदा अश्वारोही के काबू मे ही रहता है । स्वप्नावस्था में भी वह 'सेंसर' के रूप मे उपस्थित रहता है, और सपनों पर निगाह रखता है । लेकिन स्वप्नावस्था मे, इस सेन्सर की उपस्थिति के बावजूद अचेतन मन हमारी शंकाओं, समस्याओं आदि को प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्ष (प्रतीकात्मक) रूप से व्यक्त कर, उन का हल खोजने का प्रयत्न करता है । प्रायः वह सपनों के प्रतीक उन्ही प्रतीकों मे से चुनता है, जो हम जागृतावस्था में काम मे लाते है, यथा, साँप, शेर, भूत-चुड़ैल आदि जो सपनो में भी आतककारी वस्तुओ के रूप मे सामने आते हैं ।"

"मॉय परसैप्शन एण्ड कन्सैप्शन ऑफ़ द वर्ल्ड" नामक रोचक पुस्तक की रूसी लेखिका ओ. स्कौरोखोदोवा ने, जो पाँच वर्ष की आयु में ही अन्धी, बहरी और गूँगी हो गयी थी, पर जिस ने इन अक्षमताओं के बावजूद, डिग्री हासिल कर लेखन-कार्य को अपनाया, इस पुस्तक मे युवावस्था में देखे गये अपने कई सपनों का वर्णन बड़ो बारीक़ी से किया है । एक स्वप्न का वर्णन उन्होंने इस प्रकार किया है :

"इस सपने मे मुझे लगा कि कोई पक्षी गा रहा है । पक्षी का स्वर और गायन इतना मधुर और हृदयस्पर्शी था कि मैं अपनी सुध-बुध भूल गयी । और जब मैं ने यह अनुमान लगाने की कोशिश की कि यह पक्षी कौन हो सकता है, तो उत्तर तुरन्त सूझ गया—'कोयल' । अब सवाल यह है कि मुझे सपने में कोयल का ही स्वर क्यों सुनाई दिया, जब कि कोयल को मैं ने कभी देखा, सुना या छुआ तक न था ? बहुत विचार करने पर मुझे इस प्रश्न का उत्तर यही सूझा कि कोयल का स्वर मुझे सपने में इसलिए सुनाई दिया था, क्योंकि बचपन से मैं ने लोगों से यही सुना था, और यही

पढा भी था कि कोयल ही सब से अच्छा गाने वाला पक्षी है।"[१]

रूस की डॉक्टर ग्रिनयोवा ने प्रयोगों के बाद यह निर्धारित किया कि जन्म से अन्धे व्यक्तियों को सपनों में आक्षिक प्रतिबिम्ब नहीं दिखाई देते। ऐसे व्यक्ति सपनों मे लोगों और स्थानों को उन की आवाजों, गन्धों और आकारों से ही चीन्हते है। एक जन्मान्ध व्यक्ति ने डॉ० ग्रिनयोवा को बताया—"मैं ने सपनों में अपनी माँ को उस की आवाज से पहचाना।"[२]

तीन आधुनिक दिग्गज स्वप्नशास्त्री

आधुनिक स्वप्नशास्त्र को जिन तीन दिग्गज स्वप्नशास्त्रियों ने अपनी मौलिक शोधों और मान्यताओं से सम्पन्न कर नये आयाम प्रदान किये हैं, उन के नाम है—फ्रॉयड, एडलर और जुंग।

आज से दो हजार साल पहले ल्यूक्रेतिस (९८-५५ ई० पू०) ने लिखा था, "सपनों का सम्बन्ध दैहिक आवश्यकताओं और दैनिक कार्य-कलापो और अभिरुचियों से होता है।" इस कथन की पुष्टि करते हुए उसे वैज्ञानिक दर्जा प्रदान किया, आधुनिक स्वप्नभाष्यविज्ञान के जन्मदाता डॉ० सिगमड ने। फ्रॉयड की पुस्तक Interpretation of Dreams ने नवम्बर, १९३९ मे प्रकाशित होते ही विज्ञान-जगत् मे क्रान्ति मचा दी थी। इस पुस्तक ने पहली बार वैज्ञानिकों को सपनों के महत्त्व से अवगत कराया, और यह भी बताया कि उन की वैज्ञानिक ढंग से व्याख्या की जा सकती है।

अपनी इस पुस्तक मे फ्रॉयड ने इस बात पर बहुत जोर दिया है कि सपनों का उद्देश्य हमारी अधूरी और अतृप्त यौन इच्छाओं की पूर्ति करता है। अर्थात्, सपनों मे हम अपनी दमित यौन-इच्छाओ की पूर्ति करते है। फ्रॉयड के अनुसार इन इच्छाओं की पूर्ति सपनो मे इस कारण होती है कि दिन में उन्हे "सेन्सर" करने वाला अवचेतन मन रात मे आधा सोया रहता है।[3]

पर, कुछ लोग फ्रॉयड को स्वप्नसम्बन्धी इस सिद्धान्त का जन्मदाता नहीं मानते। उन का कहना है कि १८९० में डॉक्टर डिलाज ने सपनो के सम्बन्ध में ऐसे ही सिद्धान्त का प्रतिपादन किया था।

लेकिन इस सिद्धान्त से मिलते-जुलते सिद्धान्त का प्रतिपादन डॉ० डिलाज से पहले भी अनेक व्यक्ति कर चुके थे। १८९७ मे मार्ली वोल्ड ने कहा था कि जो व्यक्ति अपने को सपने मे उड़ता देखता है, वह वास्तव मे अपनी किसी अपूर्ण इच्छा को पूरा करना चाहता है। १८६१ में डॉ० कार्ल स्कैर्नर ने सपनों के प्रतीकवाद पर जोर

---

१. Sleep, Hypnosis, Dreams—by . L Rokhlsn (Foreign Languages Publishing House Moscow.)

२. Ibid.

३. The Interpretation of Dreams—Sigmud Freud Modern Library.

दिया था। ईसा से ४२७ वर्ष पूर्व, प्लेटो ने लिखा था, "सपने युक्तिशून्य इच्छाओं को अभिव्यक्ति करते है।" अमरीका के आदिवासी रेड इंडियन भी सपनों को तर्कहीन इच्छाओं का भण्डार मानते थे।

पर, सपनों सम्बन्धी अपने सिद्धान्त को इतने जोरदार ढंग से किसी ने प्रस्तुत नही किया, जितना फ्रॉयड ने।

फ्रॉयड स्वयं मानते थे कि उन का सिद्धान्त और सपनों की व्याख्या करने की प्रणाली एकदम त्रुटिहीन नही है। अपनी पुस्तक मे एक स्थल मे उन्होंने कहा है, "मैं यह नही कहना चाहता कि मैं ने सपनों के रहस्यों और अर्थों को पूरी तरह समझ लिया है। मेरी व्याख्याएँ त्रुटिपूर्ण भी हो सकती है।"[1]

फ्रॉयड की अनेक मान्यताओं का खण्डन एडलर और जुंग ने किया। एडलर की मान्यता है कि सपने हमारी महत्त्वाकाक्षाओं को साकार करते है।[2] एडलर ने फ्रॉयड को सपनो की व्याख्या करने या प्रयास करने का श्रेय तो दिया, पर वे उन की इस बात से सहमत नहीं कि सपनों के माध्यम से हम अपने जीवन की अतृप्त यौन-भावनाओ की पूर्ति करते है। उन की यह मान्यता अधूरी और ग़लत साबित हो चुकी है।

जुंग की स्वप्नसम्बन्धी मान्यताएँ फ्रॉयड की मान्यताओं की तुलना में अधिक युक्तियुक्त प्रतीत होती हैं, कारण उन की मान्यताओ मे विज्ञान और धर्म का, मानव और प्रकृति का, भूत और वर्तमान का तर्कसंगत समन्वय है। उन्होने आदमी के व्यक्तित्व की दो प्रवृत्तियों—अन्तर्मुखी और बहिर्मुखी—का आविष्कार किया। उन के लेखे आदमी अपने औचित्य को सिद्ध करने या अपनी इच्छापूर्ति के लिए जन्मा है, वह अपने पूर्ण 'स्व' को खोजने में लगा है। वे यह भी मानते थे कि प्रत्येक व्यक्ति का अवचेतन मन सार्वलौकिक अवचेतन का ही एक अंश है। इसी लिए, दूसरों का कष्ट हमारा अपना कष्ट बन जाता है।

जुंग के अनुसार "सपनों मे हमारे अन्तर मे स्थित यह सार्वलौकिक अवचेतन, जिसे अति 'स्व' कहा जाता है, हमारे अवचेतन मन—या सक्रिय 'स्व' का मार्गप्रदर्शन करता है। इसीलिए वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे थे कि सपनो की सही व्याख्या भले ही सम्भव न हो, पर हम उन के माध्यम से अपनी समस्याओं को सही ढंग से समझ अवश्य सकते हैं। ऐसे चिन्तन से हमारी चेतना व्यापक बनती है, और हमारा व्यक्तित्व अधिक सन्तुलित और शान्त।"[3]

सपनों के सम्बन्ध में एक नया सिद्धान्त, जो इन तीन दिग्गजों के स्वप्नसम्बन्धी सिद्धान्तों के समान अधिक ज्ञात नहीं है, अमरीकी विचारक थॉमस पेन ने भी प्रस्तुत

---

१ Ibid.

२. Individual Psychology—by A. Adler. (Littlefield Adams & Co.)

३. The Undiscovered Self—Doubleday.

किया था। पेन का कहना था कि मन की तीन क्षमताएँ होती हैं : कल्पना, स्मृति और गुण-दोष-विवेचन। ये तीनों क्षमताएँ जागृतावस्था मे सक्रिय होती है, पर निद्रावस्था में शिथिल हो जाती है। उन का विश्वास था कि ये क्षमताएँ जितनी अधिक सक्रिय होंगी, हमारे सपने उतने ही विवेकपूर्ण होंगे, और जितनी अधिक शिथिल होंगी, उतने ही वे तर्कशून्य होंगे। सपने साकार होते हैं, क्योंकि हमारी कल्पनाशक्ति चौबीसों घंटे सक्रिय रहती है। गुणदोषविवेचन की क्षमता कभी-कभी नींद में सो जाती है, और स्मृति आवश्यकता पड़ने पर ही सक्रिय होती है।

पेन, जिन्होंने ऐतिहासिक "अमरीकी स्वप्न" (अमरीकी आदर्श जिस की प्राप्ति ने अमरीका को महान् बनाया) की स्थापना मे महत्त्वपूर्ण सहयोग दिया, सपनों को निर्भरणीय नही मानते थे। ना ही वे उन का सम्बन्ध धर्म से जोड़ते थे। १८११ में उन की एक साहसिक कृति "बाइबिल मे स्वप्न" छपी, जो छपते ही जब्त कर ली गयी।

सपने—धर्मों की उत्पत्ति के मूल में

स्वप्नशास्त्री जुंग के अनुसार सपनों और धर्म में गहरा सम्बन्ध है। 'धर्म और सपने' दोनों ही समान प्रतीकों का सहारा लेते हैं। धर्म के माध्यम से आदमी ने भगवान् का, जो सारी मानव-जाति का 'पिता' और 'संरक्षक' था, आविष्कार किया। आदमी ही भगवान् की कल्पना कर सकता था। और यह कल्पना उसे मिली अपने सपनों में, जहाँ उस ने अपने से अधिक बलशाली और महत्त्वपूर्ण साकार शक्ति को देखा[१]।"

वास्तव मे विश्व के पहले धर्म की उत्पत्ति तभी हुई होगी, जब आदमी के आतुर और भयभीत मन ने जीवन की समस्या का हल जानने का प्रयत्न किया होगा। इस प्रयत्न का उत्तर उसे मिला सपनों मे, जहाँ उस ने अपने पुरखों को 'जीवित' देख कर अपने को 'अमर' माना। आदमी ने जाना कि यद्यपि वह जीवन की एक तुच्छ और अस्थायी इकाई है, फिर भी जीवन का अर्थ सिवाय उस के और कुछ नही है। इसी अनुभूति ने उसे रहस्यवाद की ओर प्रवृत्त किया।

रहस्यवाद और धर्म दोनो ही आदमी से प्रतीकों की भाषा मे बोलते है। यही भाषा सपनों की भी है। 'साइंस और सैनिटी' मे कोरजेवस्की ने ठीक ही कहा है, "मनुष्य की प्रगति का आधार है—प्रतीक[२]।" फ्रेज़र ने 'द गोल्डन बो'[३] मे इसी बात की पुष्टि करते हुए कहा है, "प्रतीकों से हमे जीवन को समझने और उस के साथ अपने सम्बन्ध को जानने में सहायता मिलती है। प्रतीकों के बिना सृष्टि के साथ हमारा कोई

१. Ibid.
२. Science and Sanity—by : A Korzybski.
३. The Golden Bough—by . Frazer (Macmillan).

भी सम्बन्ध या व्यवहार असम्भव है। कारण, अज्ञात को हम ज्ञात द्वारा ही जान और अभिव्यक्त कर सकते है। और ऐसी अभिव्यक्ति का सुन्दरतम रूप है—सपने।"

सपनों के राजपथ पर मानव के सफलता के चरण

आदमी को निरपेक्ष रूप से सोचना सपनों ने ही सिखाया। आदमी ने जाना कि निर्विकार सपने मन की गहराइयों मे चल रहे अँधेरी और अज्ञात क्रियाओ को ही प्रतिबिम्बित नही करते, अपनी निराली सृजन-प्रक्रिया से चेतन और अवचेतन मन की विलुप्त कड़ियों को उजागर भी करते है। अन्तःसृष्टि विषयक होते हुए भी वे हमारे बाह्य-जीवन के कार्यकलापों को काफी व्यापक रूप से और गहराई से प्रभावित करते हैं।

आदमी के पहले गीत, चित्र और धुन की रूपरेखा भी पहले सपनों में ही बनी। प्रकृति को ललकारने और उस पर विजय पाने की कल्पना सपनों ने ही उस की अन्तःसृष्टि मे साकार की। विश्व के रंगमंच पर आदमी ने आज तक जो-जो नाटक खेले है, उन सब की रिहर्सल उस ने स्वप्नजगत् में कर ली थी। जैसा कि आंग्ल कवि स्विनबर्न ने कहा है :

"Life is a watch or a vision
Between a sleep and a sleep."

(जीवन एक नींद और दूसरी नींद के बीच देखा गया एक स्वप्न ही है)[१]

आधुनिक काल में भी जो आश्चर्यजनक और शानदार प्रगतियाँ हुई हैं, उन के मूल में भी सपने ही है। अन्तरिक्ष-यानों का सफल विकास इस सदी की महान् उपलब्धियों में से है।' 'न्यूयार्क जर्नल-अमरीकन' के ११ जून, १९६२ के अंक मे प्रकाशित एक लेख के लेखक बेव ने कहा है, "अन्तरिक्ष-यानों का इतिहास सफलताओं और असफलताओं के एक लम्बे क्रम का इतिहास है। पर इन सफलताओं और असफलताओं के लिए जिम्मेवार सब व्यक्तियों में एक समान गुण था, सब ने किसी न किसी प्रकार के अन्तरिक्ष-यान के निर्माण का सपना देखा था।"

रूस के दो विख्यात स्वप्न-शास्त्री सीकेनोव और पावलोव इस सम्बन्ध मे एकमत हैं कि 'स्वप्न जीवन के पहले क्षण से ले कर अब तक मस्तिष्क द्वारा ग्रहण किये गये प्रभावों, संवेदनों आवेगो और प्रेरणाओं का एक असाधारण संयोजन है, जो सर्वथा अप्रत्याशित ढंग से सम्मिश्रित होता है[२]।" फ्रॉयड ने इसी बात को इन शब्दो में कहा है : "सपनों मे शिशुकाल तक की और भूली हुई घटनाओं को पुनर्जीवित करने की अद्‌भुत शक्ति होती है[3]।" हैवलाक एलिस तो यहाँ तक कहते है कि—"सपनों की

१. Charles Swinburne—Modern Library.
२. Sleep, Hypnosis, Dreams—by : L. Rokhlin (Foreign Languages Pub. House, Moscow).
३. The Interpretation of Dreams—Modern Library,

दुनिया, असीमित भावनाओं और अपूर्ण विचारों की एक ऐसी आदिम दुनिया है, जिस के अध्ययन से हमे मानव के मानसिक जीवन की मूल अवस्थाओं तक का पता चल सकता है[१]।"

फ्रायड ने कहा था कि "सपनो का राजपथ हमे अवचेतन के प्रहेलिकामय राज्य तक पहुँचाता है[२]।" पर, जब तक वैज्ञानिकों ने सपनो का वैज्ञानिक अध्ययन आरम्भ नही किया था तब तक इस राजपथ पर की गयी यात्राएँ मनोवैज्ञानिकों की ही दिलचस्पी का विषय थी, और वैज्ञानिक उन के निष्कर्षो को पूर्णतया विश्वसनीय नही मानते थे। लेकिन, जब वैज्ञानिकों ने प्रयोगशालाओं मे सपनों का वैज्ञानिक अध्ययन आरम्भ किया, तब इस क्षेत्र मे एक मूक क्रान्ति हुई, और अब तो आप, एक दर्शक की हैसियत से, प्रयोगशाला मे यह भी देख सकते है कि आप के सामने सोये हुए व्यक्ति ने कब स्वप्न देखना आरम्भ किया, वह किस प्रकार के स्वप्न देख रहा है, आदि।

सपनों के वैज्ञानिक अध्ययन का आविष्कार एक आकस्मिक घटना थी। क्रियाशील निद्रा (रैम-निद्रा) का अध्ययन करते समय वैज्ञानिको ने देखा कि ऐसी नीद के दौरान, आँखें बडी तेजी से और नाटकों के साथ हरकत करती हैं, और यह हरकतें कभी-कभी एक घंटे तक चलती है। इन हरकतों के दौरान श्वास-क्रिया भी तेज हो जाती है। काफी दिनों तक प्रयोग करने के बाद, अमरीकी वैज्ञानिक डीमेट और क्लीटमैन आँखों को इन हरकतो और सपनों का सम्बन्ध निर्धारित करने मे सफल हो गये। एक अन्य विख्यात स्वप्न-वैज्ञानिक डॉक्टर वैद्य के शब्दो मे—"मानस-शास्त्रियों की मौखिक दुनिया मे ई० ई० जी० यन्त्रो, एल्कट्रेडों और मस्तकशल्कक एलैक्ट्रोनिक यन्त्रों की मदद से शरीरशास्त्रियों ने धावा बोल दिया।"

सपने–वैज्ञानिकों की दृष्टि से

तब से अब तक सपनों का वैज्ञानिक अध्ययन कर के जो कुछ मालूम किया है, उस का सार यहाँ प्रस्तुत है :

* स्वप्नशास्त्रियों ने सपनों को दो भागो मे बाँटा है—सक्रिय सपने और निष्क्रिय सपने। सक्रिय सपनों मे हम अपने को भी कुछ करता पाते है। निष्क्रिय सपनो मे हमारी स्थिति एक दर्शक जैसी होती है। नये-नये विचार हमे ऐसे सपनो से ही प्राप्त होते है।

* हम तीन सप्ताह की आयु से सपने देखना आरम्भ कर देते है। चार वर्ष की आयु से सपनो की संख्या मे वृद्धि होने लगती है। युवावस्था मे, जब हम मानसिक रूप से अधिक सक्रिय होते है, और हमे सपनों की युक्तिपूर्ण सलाह की जरूरत सब से अधिक होती है, हम सब से अधिक सपने देखते है।

१. The World of Dreams by : Henri Bergsen Philosophical Library.
२. The Interpretation of Dreams...Modern Library.

* सोने के बाद पहला सपना प्रायः एक-सवा घंटे बाद दिखाई देता है, और १० मिनट से आधा घंटे तक चलता है। वैसे कुछ लोग एक ही सपना लगातार दो घंटे तक देखते भी पाये गये हैं। उस के बाद सपने डेढ़-घंटे के अन्तर-क्रम से दिखाई पड़ते है। सपनों की यह औसत शैली है। व्यक्ति-विशेष के मामले मे इस औसत मे सामान्य या असामान्य अन्तर भी हो सकता है।

* सपने प्रत्येक व्यक्ति को हर रात दिखाई देते है; यह बात अलग है कि वे उसे याद रहे अथवा नही। जब तक विशेष बात न हो, सपने याद नही रहते।

* सपने देखने में हलकी सी शक्ति जरूर खर्च होती है, पर उस के एवज मे प्राप्त लाभ कहीं अधिक होता है, कारण सपनों के जरिये हम अवचेतन के अनेक तनावों से मुक्ति पा जाते है, और सुबह उठ कर स्वस्थ और तरोताजा अनुभव करते है।

* स्वप्न शास्त्री क्लीटमैन के सहायक एसेरिन्सकी की वैज्ञानिक शोधों से पता चला है कि स्वप्नों की तीव्रता और समाधान के अनुपात मे आँखों की पुतलियाँ भी घूमती रहती है। ऐसा घंटों तक हो सकता है—देर तक चलने वाले सपनों के बारे मे—और एक रात मे पाँच-छह बार भी।

* स्वप्न देखते समय अल्फा तरंगें चलना आरम्भ कर देती है। ये वही तरंगें है जो जागृत या अर्द्धजागृतावस्था मे भी चलती दिखाई देती है। इस से यह वैज्ञानिक निष्कर्ष निकलता है कि स्वप्न देखते समय हम पूर्ण निद्रा मे नही होते, कारण मध्यम और गहरी नीद मे अल्फा तरंगें एकदम ग़ायब हो जाती हैं।

* सपने मानसिक क्लेशों के कारण आ सकते है, पर ये क्लेश उन का मूल कारण नहीं है। स्वप्न नीद और जीवन का एक प्राकृतिक अंग है। सपने देखना स्वास्थ्यदायक है, कारण सपने न दिखाई दें तो हम अवचेतन के असहनीय दबावों और तनावों से दब कर पागल हो जायें।

* हर रात हमें औसतन पाँच-छह सपने दिखाई देते है। सपनों मे हमारी सहभागिता अकसर तीसरे सपने मे सब से अधिक होती है।

* यह धारणा ग़लत है कि सपने मे सब घटनाएँ एक कौंध के साथ घटती है। सपने मे किसी घटना या दृश्य का प्रदर्शन संक्षेप मे या थोड़े समय के लिए ही नहीं होता, कभी-कभी तो उस मे उतना ही समय लगता है, जितना वास्तविक घटना के दौरान लगता है।

* सपने देखते समय हम करवट कभी नही बदलते, और हमारे अवयव साधारणतः निश्चल ही होते है।

* यह धारणा भी ग़लत है कि स्त्रियाँ पुरुषों की अपेक्षा अधिक स्वप्न देखती है। वैसे, कल्पनाशील और अतिव्यस्त व्यक्तियों को साधारण व्यक्तियों की अपेक्षा ज्यादा सपने दिखाई देते है।

* सपने देखते समय आँखों की पुतलियों की हरकत वैसी ही होती है, जैसी कोई फ़िल्म देखते समय। सपने मे दिखाई देने वाले दृश्य को देखते-देखते हम बड़बडा भी सकते है (कभी-कभी तो एक-दो मिनट तक भी), मुसकरा सकते है, और हमारी भौंहों पर सलवटें भी पड सकती है। यह सपने में दिखाई देने वाले दृश्य और हमारे मूड पर निर्भर करता है।

* सपनों मे हमे सिर्फ 'दिखाई' ही नही देता, 'सुनाई' भी देता है। दरवाज़े की घंटी की आवाज टेलीफोन की घंटी की भाँति सुनाई दे सकती है।

* कुछ लोगों को 'टेकनीकलर' (इन्द्रधनुषी) सपने भी दिखाई पडते हैं।

* सोने से पहले जरूरत से ज़्यादा खा लेने पर स्वप्न—और खास तौर पर दु:स्वप्न—अधिक दिखाई पड़ते है। कारण, ऐसी अवस्था मे आमाशय और मस्तिष्क, अधिक रक्त-प्रवाह के कारण अत्यधिक उत्तेजित हो जाते हैं, और यह उत्तेजना स्वप्नों के रूप मे व्यक्त होती है।

* वैज्ञानिक रूप से यह सच है कि एक ही समाज और जाति के व्यक्तियों को दिखाई देने वाले सपनों का ढाँचा और दायरा लगभग एक सा ही होता है। मिसाल के तौर पर समुद्र-तट पर स्थित एक गाँव के निवासियों को सपनों मे अधिकतर नारियल के पेड़ों से नारियल ही गिरते दिखाई दिये, जब कि दूसरे गाँव के निवासियों को ऐसा बिलकुल नही दिखाई दिया।

* हमारी नीद का लगभग पांचवा या चौथाई भाग सपने देखने में व्यतीत होता है। कुछ लोग इस से कम या इस से अधिक समय तक भी स्वप्न देख सकते है।

* हमारे मस्तिष्क मे एक केन्द्र ऐसा है, जो सोचने और याद रखने का काम करता है। यह स्वप्नावस्था मे अपनी गतिशीलता कम कर के आराम करता है, पर इस के कुछ स्नायु संकटकालीन समाचार प्राप्त करने के लिए तब भी सजग रहते है। टेलीविजन की भाँति काम करने वाले इस केन्द्र की सतर्कता से ही हम, संकट उपस्थित होने पर, सोते और सपने देखते समय भी जाग जाते है।

* हमारे चेतन मन का 'सेन्सर' सपनों मे भी जागता रहता है, और वह आत्मरक्षा की नैसर्गिक प्रवृत्ति के कारण कभी-कभी नहीं चाहता कि पिछली रात को देखे गये कुछ अप्रिय या भ्रमकारी सपने हमे 'याद' रहे। इसी कारण हम अधिकांश सपने भूल जाते है, कारण अधिकांश सपने ऐसे ही होते है, जो हमारे चेतन मन को या अप्रिय भ्रमकारी प्रतीत होते हैं। इसी 'सेन्सर' को भ्रम मे डालने के लिए कभी-कभी हमारा अवचेतन, हमारी दमित इच्छाओं और आकाक्षाओं को प्रतीकात्मक सपनों के रूप मे अभिव्यक्त करता है।

* आधुनिक स्वप्नशास्त्री हैवलाक एलिस के इस कथन से सहमत है कि "स्वप्न ऐसी प्रक्रिया है, जिस के द्वारा हमारे विचारों मे संगतता आती है।" इसी कारण, निपट पागल सपने नही देख पाता, क्योकि उस मे सोचने की शक्ति नही होती।

इस के विपरीत, अर्द्धविक्षिप्त व्यक्ति साधारण व्यक्ति से अधिक सपने देखता है।

* सपने अन्धे व्यक्तियों को भी दिखाई देते हैं, पर उन के सपनों मे दृश्यो का अंश कम होता है, ध्वनियों का अंश अधिक। यूँ भी, सामान्य सपनों मे दृश्यो का अनुपात ६० प्रतिशत के करीब होता है, और शेष समय हम सपनों के दृश्यों को सुनने और सूँघने आदि मे व्यतीत करते हैं। पर, जन्मान्ध व्यक्ति को दृश्यविहीन सपने ही दिखाई देते है।

* सपनों मे काल की जो अभिव्यक्ति दिखाई देती है, वह यथार्थपूर्ण हो भी सकती है, और नही भी हो सकती। सपने के क्षण की अवधि भले ही हमें क्षणिक लगे, पर वास्तविकता यह है कि सपने मे किसी कार्य को पूरा होने मे उतना ही समय लगता है, जितना उसे याद करने में लगता है।

वैसे, काल और क्रिया की इसी शीघ्रलिपि से सपने कभी-कभी अपनी प्रतीक-भाषा में सारे विगत जीवन का समीक्षात्मक अवलोकन 'क्षण भर मे' भी कर लेते हैं। यह कथन कि डूबता हुआ आदमी डूबने से पहले, क्षण भर मे अपने समूचे जीवन पर दृष्टिपात कर लेता है, एकदम सच है।

* स्वप्नरहित नीद के बाद हम काफी बेचैन रहते है, और पहले से अधिक नीद की आवश्यकता अनुभव करते है।

* आधुनिक स्वप्नशास्त्री हैवलाक एलिस के इस कथन से पूरी तरह सहमत है कि "यदि हमारे सपने हम से कहीं अधिक अनैतिक प्रतीत होते हैं, तो उन्हे हमारे स्वभाव का द्योतक नही समझा जाना चाहिए।"[१]

* यदि हमें किसी सपने के बीच जगा दिया जाये, तो हमारा अवचेतन अगली नीद के दौरान सब से पहले अपने अधूरे सपने को ही पूरा करेगा। कारण? जिस समस्या का निदान हम इस सपने के माध्यम से खोज रहे थे, उस के पूरा होने तक हमारे अवचेतन को चैन नही मिलेगा।

* काफ़ी शोधों के बावजूद, दुनिया भर के स्वप्न-शास्त्री अभी तक यह जानने में असमर्थ है कि कभी-कभी हजारों मील की दूरी पर घटती हुई कोई घटना ठीक उसी समय, अन्य देश के एक व्यक्ति को सपने मे हूबहू कैसे दिखाई दे जाती है; सपने मे ऐसी किसी घटना का आभास किस प्रकार मिल जाता है, जिस का हम से कोई सम्बन्ध नही होता, और जो या तो घट चुकी है, या आगे चल कर घटने वाली हो आदि-आदि।

* क्या दो व्यक्तियों को दिखाई पड़ने वाला एक ही सपना दोनो के लिए अलग-अलग अर्थ रखता है?

चौथी सदी मे सिनेसियस नामक पादरी ने, जो प्लेटों के शिष्य थे, कहा था कि दो व्यक्तियों को दिखाई पड़ने वाला एक ही सपना दोनों के लिए अलग-अलग अर्थ रखता है।

१. 'वर्ल्ड ऑफ़ ड्रीम्स'—हैवलाक एलिस

आधुनिक काल में इस दिशा मे जो शोध-कार्य हुआ है, उस से भी यदि सिद्ध होता है कि एक ही सपना, यदि दो व्यक्तियों को दिखाई दे, तो उस के अर्थ अलग-अलग होंगे।

जब हम परेशान होते है, तब हमे सपने भी कष्टदायक दिखाई देते है। तब सपने हमे हमारी परेशानी से मुक्त होने का मार्ग दिखाने का प्रयत्न करते है।

हमारा अवचेतन मन असंख्य पुरानो यादो और अनुभूतियों के आधार पर, एक 'हल', जो हमारे विवेक को मान्य हो सके, ढूँढ़ निकालता है, और प्रतीको द्वारा सपनों मे हमें पेश करता है। इस प्रक्रिया मे अवचेतन को काल के बन्धन मे नही बँधना पड़ता।

स्वप्नों की व्याख्या

हमारे पुरखे स्वप्नो के बारे मे वैज्ञानिक प्रयोग भले ही न कर पाये हों, पर अपनी अन्तर्मुखी दृष्टि और विवेचन-शक्ति के सहारे स्वप्नों की व्याख्या अवश्य कर लेते थे। उन की अनेक व्याख्याएँ, जिन का उल्लेख हम पीछे कर आये है, आज के स्वप्न-विशेषज्ञों को भी मान्य है, और मनोवैज्ञानिक कसौटी पर खरी उतरी है।

कुछ लोग मनमाने ढंग से स्वप्नों की व्याख्या कर लोगों को ठग भले ही लें, पर स्वप्नशास्त्रियों के लिए स्वप्नों की व्याख्या हमारी उन दमित और अव्यक्त इच्छाओं और आकांक्षाओ को जानने की कोशिश है, जिन का सीधा सम्बन्ध हमारे स्नायुविकारों से है। इस प्रकार, कुशल मनोविज्ञानवेत्ता द्वारा की गयी हमारे सपनों की व्याख्या हमारे मनस्तापो और स्नायु-व्यतिक्रमो का हल भी प्रस्तुत कर सकती है।

स्वप्न-व्याख्या की अपनी विश्व-विख्यात पुस्तक 'द इन्टर्प्रेटेशन ऑफ ड्रीम्स' मे स्वप्नों की व्याख्या को वैज्ञानिक दर्जा प्रदान करने वाले स्वप्नशास्त्री फ्रॉयड का कहना है कि "सपनो को याद कर, तथा उन मे उजागर हुए तत्त्वों के प्रकाश मे उत्तेजना-प्रवण व्यक्ति, कुशल मनोवैज्ञानिक की सहायता से अपनी नाड़ी-चिकित्सा स्वयं कर सकता है, कारण स्वप्न उसे स्नायु-विकारों का मूल कारण जानने मे सहायता प्रदान कर सकते है। हमारा चेतन भले हो प्रतिवाद करता रहे, पर सपने सदा हमारे मनोव्यापार और आन्तरिक जीवन का सच्चा चित्र प्रस्तुत करते है। सपनो मे अभिव्यक्त मानस-क्रिया अस्वैरी और अनैच्छिक तो होती ही है, उस पर हमारे सचेतन दृष्टिकोण का भी कोई प्रभाव नही होता। सपने न हमारे विचारो की कद्र करते है, न हमारे तर्क-वितर्कों की, और न प्रिय कल्पनाओ की। वे तो वस्तुस्थिति का एकदम सही चित्रण करते है।" जुंग ने भी अपने अनुभवों के आधार पर कहा है कि "सपने हमारी आशाओं और अपेक्षाओं से अधिक जानकारी प्रदान करते है, और शारीरिक तथा मानसिक रोगो का अचूक निदान भी।"[१]

---

१. The Undiscoverd Self—Doubleday.

इस बारे में तो सभी स्वप्नशास्त्री एकमत है कि सपने मनुष्य की दमित इच्छाओं को व्यक्त करते है, पर फ्रायड यह मानते थे कि ऐसी इच्छाएँ सेक्स-प्रेरित ही होती हैं, और स्वप्नों के प्राय. सभी प्रतीक किसी न किसी रूप मे मनुष्य की नग्न सेक्स-भावना को ही व्यक्त करते हैं। परन्तु उन के बाद आने वाले स्वप्नशास्त्रियों ने उन की इस मान्यता को ग़लत सिद्ध कर दिया है। वे स्वप्नों की व्याख्या करते समय उसे पूर्व निश्चित ढाँचो मे नही ढालते या बाँधते, बल्कि यह मानते हैं कि अवचेतना की विराटता को ध्यान मे रखते हुए स्वप्न-व्याख्या का काम अत्यन्त जटिल और दुरूह है और प्रत्येक स्वप्न की नाप-जोख स्वतन्त्ररूप से और व्यापकता के साथ होनी आवश्यक है।

सपनों की निराली भाषा

एक आधुनिक मनोवैज्ञानिक का यह कथन कितना सच है कि—"सपनों की भी अपनी एक भाषा है, जिसे उस का ज्ञाता ही सही ढग से पढ सकता है। सपनों की भाषा पढ़ते समय, और उन के अर्थ समझते समय सब सिद्धान्तो को ताक मे रख देना चाहिए। जिस स्वप्न की व्याख्या न हो सके, उसे ऐसा स्वप्न मानिए जिस की व्याख्या ठीक ढंग से नही हो पायी हैं।"

स्वप्न-सिद्धान्तो मे पिछले दो-तीन दशकों मे इतने अधिक परिवर्तन हुए है और निरन्तर होते जा रहे है कि एक मानसशास्त्री ने हाल मे कहा था, "स्वप्न-व्याख्या के अविश्वसनीय क्षेत्र मे सिवाय अनिश्चितता के कुछ और निश्चित नही है।"

किसी अकेले और अज्ञात स्वप्न को सही व्याख्या करने की कोशिश को दुस्साहस ही कहा जायेगा। इस लिए बाजार में बिकने वाले स्वप्न-ग्रन्थो में वर्णित स्वप्न-व्याख्याओं के आधार पर ही अपने सपनों की व्याख्या कभी मत कीजिए, कारण इस से आप गलत निष्कर्षो पर पहुँच सकते हैं। जैसे, सपनों मे अपने को मृत देखने की एक ही व्याख्या सभी व्यक्तियों पर समान रूप से कभी भी लागू नही हो सकती। योग्य मानस-शास्त्री एक स्वप्न की व्याख्या करते समय व्यक्ति के स्वभाव, आदतों, आकांक्षाओ आदि का पूरा अध्ययन करता हैं, तथा उस सपने के अलावा उस व्यक्ति के अन्य सपनों को समझने की कोशिश भो करता है। तभी वह स्वप्न प्रतीक के सच्चे अर्थ समझ पाता है।

कुशल मानसशास्त्री प्रत्येक स्वप्न को उतनी ही गम्भीरता से लेता है, जितना वास्तव में घटी किसी घटना को। सपनों की सही व्याख्या हमारे सचेतन दृष्टिकोण को सही दिशा प्रदान करने मे बहुत अधिक सहायक हो सकती है। प्रत्येक स्वप्न हमे नयी जानकारी ही नहीं प्रदान करता, एक ऐसा साधन भी प्रदान करता है, जिस की मदद से हम अपने नये व्यक्तित्व का निर्माण कर सकते है। इस प्रकार, सपनों की व्याख्या महज़ एक खिलवाड़ नहीं है, एक गम्भीर कार्य है। इस बारे मे विस्तृत और

सोदाहरण चर्चा, पुस्तक के अन्तिम खण्ड मे की गयी है।

स्वर्ग के सुख-वैभव के बीच भी आदमी को उदास देख कर भगवान् ने उस से बडी स्नेहिल वाणी मे पूछा—"क्यों उदास हो पुत्र ? तुम्हें यहाँ किस वस्तु का अभाव है ?" आदमी ने कहा—"मै पृथ्वी पर अपनी एक ऐसी निधि भूल आया हूँ, जिस के सामने स्वर्ग का सारा वैभव भी व्यर्थ है।" भगवान् के पूछने पर उस ने उत्तर दिया—"वह निधि है वे सपने जो मैं ने पृथ्वी पर एकान्त मे संजोये थे।" भगवान् के पास इस का कोई उत्तर न था।

तो, इतने प्रिय है, सपने आदमी को! और, यही सपने जब इच्छानुसार साकार हो जायें तब···तब आदमी निराशा के गर्त्त मे भी डूब सकता है, और सफलता की ऊँची से ऊँची सीढ़ियो पर भी चढ सकता है।

आइए, अब इच्छित सपने साकार करने की क्रिया-विधि—सम्मोहन-विद्या—के बारे मे कुछ जानकारी प्राप्त करें। सम्मोहन विद्या एक ऐसा कौतुक है, जिस से व्यक्तित्व के सूक्ष्म अध्ययन मे ही सहायता नही मिलती, अपितु मनोनुकूल व्यक्तित्व का निर्माण भी किया जा सकता है। सीधे-सादे शब्दों में कहा जाये तो "सुन्दर सपने संजोइए सफल बनिए।"

सुन्दर सपने : सफलता का रहस्य

मनोवांछित सपनों को साकार करने की क्रियाविधि (जिसे सम्मोहन-विद्या के नाम से पुकारा जाता है) ने आज वैज्ञानिक अनुसन्धान और चिकित्सा के क्षेत्रों में अत्यन्त महत्त्वपूर्ण स्थान ग्रहण कर लिया है। कुछ वैज्ञानिक तो यहाँ तक कहते है कि इस क्रिया-विधि से जो चमत्कारिक कार्य-साधन होता है, वह अन्य किसी विधि या साधन से सम्भव नही हो सकता।

"सम्मोहन हाइड्रोजन बम से भी अधिक खतरनाक सिद्ध हो सकता है।"[1] आइए देखें, इस का कारण क्या है ?

सुविकसित और सुसन्तुलित व्यक्तित्व की एक अनिवार्य शर्त यह है कि हमारे संवेगों मे आपस मे सघर्ष न हो, बल्कि वे हमें उत्साही, आशावादी और समझदार बनाने मे सहायक हो। इन संवेगों को रचनात्मक मोड़ प्रदान करने की जो अद्भुत शक्ति इस क्रिया-विधि मे है, वह अन्य किसी विधि या साधन मे नही है।

सम्मोहन की अपरिमित शक्ति का रहस्य

दुर्भाग्यवश, अधिकाश लोग सम्मोहन के सच्चे स्वरूप से परिचित नही है। वे उस की क्रिया-विधि को या तो खेल समझते है, या एक धोखा। पर, सम्मोहन की क्रिया-विधि न खेल है, न धोखा। उस की अचूक सफलता का रहस्य स्वयं उस व्यक्ति के अन्तर्मन मे ही है, जिस की इच्छा को स्थानापन्न कर के सम्मोहनकर्त्ता अपनी इच्छा बैठाने मे समर्थ हो जाता है। अर्थात् सम्मोहनावस्था मे व्यक्ति के सभी कृत्य उस की अपनी ही इच्छा का परिणाम होते है, लेकिन वह इच्छा स्वतःस्फूर्त नही होती, सम्मोहनकर्त्ता अपने सुझावों और संकेतों के माध्यम से उस से यह कृत्य कराता है। जो भी सम्मोहनकर्त्ता सुझाता है कि व्यक्ति सोचे या करे, वही वह सोचने या करने लगता है। सम्मोहनकर्त्ता को दूसरे व्यक्ति से वांछित और अनुकूल व्यवहार करवा लेने वाली प्रचण्ड शक्ति, जो प्रेम, सुख और स्वास्थ्य आदि रचनात्मक सुझावो से व्यक्ति में बल, उत्साह और आरोग्य का संचार कर सकती है, और भय, घृणा आदि विनाशक सुझावो द्वारा निर्बलता, निरुत्साह और रोगो का संचार, स्वयं उस

१. केन पर्डी—'प्लेब्रॉय', फरवरी, १९६१ (Ken Purdy Playboy : Feb 1961)

व्यक्ति के अन्दर ही मौजूद रहती है, जिसे सम्मोहित किया जाता है, । ऐसा सोचना गलत है कि सम्मोहनकर्त्ता की प्रबलतर इच्छा ही सम्मोहित व्यक्ति की इच्छाओं को अभिभूत कर उसे अपना 'दास' बना लेती है । इसी प्रकार, यह धारणा भी आधारहीन है कि दुर्बल और अन्तर्-एकाग्र मन वाले लोग आसानी से सम्मोहित हो जाते हैं, और प्रबल और एकाग्र मन वाले व्यक्ति सम्मोहन के सहज शिकार नही बनते । इस के विपरीत, प्रबल इच्छा वाले व्यक्ति जल्दी और आसानी से सम्मोहित हो सकते है, बशर्ते उन की इच्छाएँ वही हो जो सम्मोहनकर्त्ता उन्हें सम्मोहनावस्था मे अपने सुझावों के रूप मे व्यक्त करे । सम्मोहन को असामान्य शक्ति का आधार और रहस्य सम्मोहित हो जाने वाले व्यक्ति का मन ही है—बाह्य मन नही, अन्तर्मन, चेतन मन नहीं, अवचेतन मन । इसी अन्तर्मन या अवचेतन मन पर जो-जो विचार सम्मोहन या आत्म-सम्मोहन द्वारा अंकित होते हैं, वे ही बाह्य कृत्यो और चेष्टाओं मे प्रकट होते है । शरीर का प्रत्येक अवयव ज्ञानतन्तुओं के आदेशानुसार ही कार्य करता है, और इन ज्ञान-तन्तुओ को प्रभावित करता है अन्तर्मन । सम्मोहन की मदद से अपने अन्तर्मन को नवीन दिशा प्रदान कर, ज्ञान-तन्तुओ को बलवान बनाइए, और आत्म-बोधन (सेल्फ़-सजेशन) द्वारा गलत विचारों को अपने अधिकार मे ला कर, एक नयी प्रेरणाशक्ति का अनुभव कीजिए । यही मुख्य उद्देश्य है सम्मोहन के बारे मे चर्चा करने का ।

सही ढंग से किये गये सम्मोहन से न केवल शारीरिक और मानसिक रोग—विकार दूर हो जाते है, अपितु वह दीर्घकाल से हमे परेशान करती आ रही ग्रन्थियाँ, जैसे हीनमन्यता से भी छुटकारा दिलाता है । और जो काम सम्मोहन कर सकता है, वह 'प्रेरित' सपने भी कर सकते है । उन के प्रभाव से विरोध—भावनाएँ दूर हो जाती हैं, और परिवर्तन करने की इच्छा प्रबल हो जाती है ।

पर, आप पूछ सकते है कि क्या ऐसा चमत्कार दृढ संकल्प-बल के माध्यम से सम्भव नही ? इस का उत्तर 'हाँ' भी हो सकता है, 'ना' भी ।

आत्मबोधन की उपयोगिता

एमिली को, जिन्होने आत्मबोधन की उपयोगिता तथा महत्ता को प्रयोगों से प्रमाणित किया, का कथन है : "हमारी संकल्प-शक्ति हम से कुछ नहीं कराती, कराती है हमारी भावना-शक्ति । यदि कभी-कभी ऐसा प्रतीत भी हो कि हम वही कर रहे है, जिस का हम ने सकल्प किया था, तो वह केवल इसीलिए होता है कि उस कृत्य को हमारी भावना-शक्ति का समर्थन प्राप्त है । जब-जब संकल्प-शक्ति और भावना-शक्ति मे संघर्ष होता है, अन्तिम विजय सदा भावना-शक्ति या कल्पना-शक्ति की ही होती है ।"[1]

---

१. The Practice of Autosuggestion—by : Emile Cove (Dodd. Mead & Co.)

स्मृति पर थोड़ा-सा ज़ोर डालने पर आप को स्वयं अपने ही जीवन के ऐसे अनेक उदाहरण याद आ जायेंगे, जब आप ने किसी काम को जितना ही ज़ोर लगा कर करने की कोशिश की थी, उतना ही वह मुश्किल और असम्भव बनता चला गया। पर, जैसे ही आप ने अपने को ढीला छोड़ कर उसे करना 'चाहा', उस के करने की कल्पना की, वह बड़ी आसानी से हो गया।

किसी काम को सहजता से करना हो, तो उसे करने का संकल्प-मात्र मत कीजिए, 'चाहिए' इच्छा कीजिए कि वह अच्छी तरह हो जाये, कल्पना कीजिए कि वह हो रहा है। फिर देखिए, वह काम कितनी जल्दी, कितनी सहजता से और कितनी अच्छी तरह हो जाता है।

संकल्प, बिना आन्तरिक चाह के, कोई कार्य नहो कर सकता।

अवचेतन मन पर नियन्त्रण कर सकने की कुंजो सिर्फ़ भावना-शक्ति या कल्पना-शक्ति के ही हाथों मे है। हमारी भावना-शक्ति या कल्पना-शक्ति जिस सुझाव या प्रभाव को ग्रहण कर लेती है, वही स्थायी रूप से हमारे मन मे अंकित रहता है। इसीलिए, विज्ञापक जिसे अपनी वस्तु या सेवा आप को बेचनी है, आप की भावनाओं और कल्पना-शक्ति को ही अपील करता है, तर्क-शक्ति को नही। आत्म-विश्वास और उत्साह से की गयी उस की ऐसी अपील कभी व्यर्थ नही जाती।

अमरीका के सिडनी स्नीडर ने बिजली से चलने वाले एक ऐसे यन्त्र का आविष्कार किया है, जिस से ९० प्रतिशत व्यक्तियो को तीन मिनट के अन्दर सम्मोहित किया जा सकता है। यह यन्त्र टेलीविजन के सिद्धान्त पर आधारित है। इस यन्त्र की सफलता ने यह सिद्ध कर दिया है कि हमारे मस्तिष्क मे विद्युत्-शक्ति का संचय होता रहता है, और घर्षण से इस शक्ति को उत्तेजित किया जा सकता है। यदि इस दिशा मे हो रहे रूसी और अमरीकी वैज्ञानिकों के प्रयोग सफल हो गये, तो टेलीविजन-सिद्धान्त के आधार पर मस्तिष्क में जब जी चाहे तब किसी भी इच्छित विचार, दृश्य या ध्वनि को प्रेषित किया जा सकेगा। इन शोधकर्त्ताओं का कहना है कि अनेक पशु अपने विचारों को अपने परिचितों के मस्तिष्क में सम्प्रेषित करने की कला मे माहिर होते है। "Forever Free" के लेखक के अनुसार, इस पुस्तक की नायिका शेरनी अपने से काफी दूरी पर खेल रहे अपने बच्चों से इसी पद्धति से विचार-प्रेषण करके 'बातचीत' करती थी।

न्यूयार्क के एक डॉक्टर जैरोम हैड का कहना है कि उन्होंने दमा, सर-दर्द, रक्त-चाप, त्वचा रोग, अनिद्रा, हिस्टीरिया, व्रण तथा अन्य शारीरिक रोगों के रोगियों को, बिना किसी दवा या ऑपरेशन की मदद के, सिर्फ़ सम्मोहन के प्रयोग से अच्छे होते देखा है। चिकित्सकों के प्रमुख पत्र 'लैंसेट' मे कुछ दिन पहले एक लेख छपा था, जिस में बताया गया था कि ब्रिटेन के दन्त-चिकित्सक डॉ० ब्रामवैल ने दाँतों के कई ऑपरेशन, सम्मोहन की सहायता से सफलतापूर्वक किये। उन्होंने अपने रोगियों को

बेहोशी की कोई दवा नहीं दी। ऐसे कई ऑपरेशन दर्शकों को टेलीविजन पर भी दिखाये गये थे। ब्रिटिश मेडिकल ऐसोसिएशन ने तो सम्मोहन को किसी भी तरह की शल्य-क्रिया मे मूर्च्छा का साधन मान कर उस की फीस भी निश्चित कर दी है, जो ७०० रुपये के लगभग है।

मानसिक रोगो के इलाज मे तो सम्मोहन सचमुच रामबाण औषधि सिद्ध हुआ है। सम्मोहन की मदद से डॉ० विलियम मैकडूगल ने ५५ साल के एक ऐसे रोगी का इलाज किया था, जिसे हमेशा यह डर घेरे रहता था कि कोई अज्ञात व्यक्ति उस का पीछा कर रहा है। डॉक्टर ने उसे सम्मोहित करके इस व्यामोह का मूल कारण खोज निकाला। रोगी जब ६ साल का था, तब उसे सूखे फलों की एक दुकान से कुछ मेवे चुराते हुए, दुकानदार ने पकड़ लिया था। पकड़े जाने पर, वह चीख कर बेहोश हो गया था। तभी से यह डर उस के अन्तर्मन मे व्याप्त था। डॉक्टर ने इस भय की निर्मूलता का सुझाव दे कर, उसे भयमुक्त कर दिया।

रूसी सम्मोहन-विशेषज्ञ प्लेटोनोव के पास २७ साल की एक महिला आयी। जिस की शिकायत यह थी कि वह गंजी होती जा रही है। पूछताछ के दौरान उस ने बताया कि बचपन मे उसे एक डॉक्टर को कहते सुना था कि गंजेपन की शुरूआत किसी मानसिक आघात के फलस्वरूप होती है, पर दूसरा मानसिक आघात लगने पर गंजापन अपने आप दूर हो जाता है, और यह क्रम इसी प्रकार चलता है। इस के बाद उसे पहला मानसिक आघात पिता की मृत्यु पर लगा, और इस घटना के तुरन्त बाद "उस ने अपने सर मे खुजलाहट महसूस की थी।" पर, छह महीने बाद, माँ की आकस्मिक मृत्यु का आघात सहने के बाद "यह खुजलाहट अपने आप बन्द हो गयी।" तीसरा आघात उसे कुछ दिन पहले लगा था, जब उस के बच्चे को चोट लगी थी। और तब से ही वह महसूस कर रही है कि "वह गंजी होनी शुरू हो गयी है"।

प्लेटोनोव ने उसे कई बार सम्मोहित करके यह कहा कि डॉक्टर का बताया हुआ गंजेपन का कारण एकदम निराधार था, और उस का तथाकथित गंजापन शीघ्र ही हमेशा-हमेशा के लिए दूर हो जायेगा। और, ऐसा हुआ भी। कुछ ही हफ़्तो मे उस की गंजेपन की शिकायत हमेशा के लिए दूर हो गयी।

आत्मसम्मोहन के जीते-जागते चमत्कार

अमरीका के सम्मोहन-विशेषज्ञ आर्थर एलेन पिछले २५ वर्षों से सम्मोहन के प्रयोग से खिलाड़ियों, गायकों, कलाकारों आदि की सहायता करते चले आ रहे हैं। १९५१ मे उन्होंने बिलरेस नाम के पियानो-वादक का 'इलाज' किया था, जो चौपिन के एक कनर्सेतो को एक चरमलय इसलिए छोड देता था कि उसे पियानो पर बना नहीं पाता था। इस के लिए उसे अपने मालिक और आलोचकों की आलोचनाओ का शिकार बनना पड़ता था। जब वह एलेन की शरण मे आया, तो एलेन ने उसे सम्मोहित करके

इस चरमलय से सम्बन्धित सब बातें बताने को कहा। लिबरेस ने, बचपन की एक घटना (जिसे उस का चेतन मन बिलकुल भूल गया था) याद करते हुए बताया कि एक बार उस के पिता ने इस चरमलय को पियानो पर ठीक न बजा पाने के कारण उसे बहुत डाँटा, और मारा-पीटा था। एलेन के कुछ सहानुभूतिपूर्ण सुझाव सुन कर, इस चरमलय के प्रति उस का मानसिक अवरोध चमत्कारिक ढंग से समाप्त हो गया और वह उसे भलीभाँति बजाने लगा।

बिल दामोन नामक अमरीकी गायक, एक महत्त्वपूर्ण संगीत-सम्मेलन से पूर्व, जिस मे अभिनेता फ्रैंक सिनात्रा भी उपस्थित होने वाले थे, सहसा बहुत अधिक अधीर और भयातुर हो गया। ऐसी हालत मे वह सम्मेलन मे अच्छी तरह नही गा पायेगा, यह वह जानता था। वह एलेन से मिलने गया। एलेन ने इस अधीरता और भयातुरता का मूल कारण दामोन को सम्मोहित कर के जान लिया। असल में, कुछ साल पहले, ऐसे ही एक संगीत-सम्मेलन मे, सिनात्रा को दर्शकों के बीच देख कर दामोन ने उसे कृतज्ञता-पूर्वक शैम्पेन की एक बोतल भिजवायी थी। "सिनात्रा ने धन्यवाद देना तो दूर रहा, मुझे दूध की एक बोतल भिजवा दी, जिस के अर्थ मैं ने यह लगाये कि वह गायन के क्षेत्र मे मुझे बच्चा समझते थे। मुझे इस से बड़ा सदमा पहुँचा।"

एलेन ने उस से कहा कि सिनात्रा का यह मतलब न रहा होगा, दूध की बोतल उस ने मजाक के तौर पर भेजी होगी। उस ने कहा कि वह यह कल्पना करे कि वह स्टेज पर अपने सब से मधुर स्वर मे गा रहा है।"

सम्मोह निद्रा से जागने पर दामोन की यह बात याद रही, और उस को अधीरता और भयातुरता एक दम गायब हो गयी। सम्मेलन मे उस के शानदार गायन की प्रशंसा सब ने की। सिनात्रा को ले कर जो भय उस के अन्तर्मन मे था, वह बिल्कुल जाता रहा।

ह्यूस्टन विश्वविद्यालय की बास्केटबाल टीम टेक्साज़ की बास्केट बाल टीम से एक मैच हार चुकी थी। अगले मैच से पहले एलेन ने ह्यूस्टन विश्वविद्यालय के खिलाड़ियों को सम्मोहितावस्था मे ला कर ऐसा प्रेरित किया कि उन्होंने अगले मैच मे अपने शक्तिशाली प्रतिद्वन्द्वियों को ७५-६५ से हरा कर ही दम लिया।

बास्केटबाल के एक अन्य मैच मे ६ फ़ुट ५ इंच ऊँचा एक खिलाड़ी खेलने को तैयार न था। उस का कहना था कि उस के पाँव मे इतना दर्द है कि वह चल भी नही सकता। डॉक्टर ने उस की जाँच कर के कहा कि पाँव की तकलीफ़ इतनी मामूली है कि एक खास जूता पहनने से दूर हो जायगी। पर, डॉक्टर की इस सलाह के बावजूद, उस खिलाड़ी का 'दर्द' दूर न हुआ। एलेन ने उसे सम्मोहनिद्रा मे सुला कर उस से ही यह मालूम किया कि उस के 'दर्द' का मूल कारण यह है कि उस के सब प्रतिद्वन्द्वी उस से बड़े—६ फ़ुट ७ इंच—के है, और वह उन के आगे कुछ न कर पायगा। एलेन ने उस से कहा कि क़द मे छोटा होते हुए भी, वह अपने प्रतिद्वन्द्वियों को हरा

देगा।" सम्मोहनिद्रा से जागने पर मैं ७ फुट ऊँचा महसूस कर रहा था।" उस खिलाडी ने बाद मे कहा। मैच मे भी वह निर्भयतापूर्वक खेला।

बेसबाल के कुछ प्रसिद्ध पर हताश और भयभीत खिलाड़ियो को सम्मोहन द्वारा स्वस्थ और आशावादी कर के, एलेन ने सारे अमरीका मे नाम कमा लिया है। जब इन खिलाडियों को अलग-अलग सम्मोह-निद्रा मे सुलाया गया तो प्रत्येक ने एलेन से एक ही बात कही : "मै अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर चुका हूँ; अब मेरा पतन आरम्भ हो गया है।" एलेन ने हर सम्मोहित खिलाडी को विश्वास दिलाया कि उन का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन अभी होना शेष है, तथा वह अगले कई वर्षो तक अमरीका का श्रेष्ठतम खिलाड़ी बना रहेगा।"

सभी खिलाडियों ने बेसबाल के अगले सीजन मे अपने पिछले प्रदर्शनों से अच्छा प्रदर्शन कर के दिखाया।

अन्य सम्मोहनशास्त्रियों की भाँति एलेन भी कहते है : "अँगरेजी की यह कहावत कि शरीर को महसूस होने वाली बहुत-सी तकलीफें शरीर मे नहीं होती, और मन के कारण ही महसूस होती है, सौ फ़ी सदी सच है। मन को शिथिल कर के उसे रचनात्मक सुझाव दीजिए, सुखदायक कल्पना चित्र बनाइए, देखिए कष्ट कितनी जल्दी ग़ायब होता है। यदि इस पर भी कष्ट दूर नही होता, तो या तो उस के इलाज़ की सचमुच जरूरत है, या आप सचमुच, किसी अज्ञात कारण से, अपनी सुरक्षा की खातिर उस कष्ट को बनाये रखना चाहते है।" सम्मोहनावस्था मे आदमी का अवचेतन मन सक्रिय रहता है, और चेतन मन या तो दर्शक की भाँति अवचेतन मन के कारनामों को देखता रहता है, या, आदेश पाने पर एक दास की भाँति उन आदेशों का पालन करता है।"

कोई ज़रूरी नही कि आप अपने अवचेतन को सही आदेश या सुझाव दिलाने के लिए बार-बार सम्मोहन-विशेषज्ञो और मनोवैज्ञानिकों की शरण मे जाये। आत्मबोधन (Auto-suggestion) द्वारा आप यह काम खुद भी कर सकते है। अधिक धूम्रपान, मद्यपान, हकलाना, सोते समय बड़बडाना आदि किसी भी गलत आदत को आत्मबोधन द्वारा दूर कर के आप अधिक सुखी और स्वस्थ बन सकते है, तथा अपने मनचाहे व्यक्तित्व का निर्माण कर सकते है।

सम्मोहन का रहस्य, सीधा-सादा है। हमारी आदतें और हमारे संस्कार ही वे तत्व है, जिन से हमारा जीवन गठित हुआ है। वे मन की अपेक्षा शरीर मे अधिक आग्रही है, पर उन्हे बदलने के लिए शरीर की ओर ध्यान देने से कोई लाभ नही, कारण उन का नियामक है—हमारा अवचेतन मन। अवचेतन मन की विजय जागृतावस्था मे सम्भव नही। वह सम्भव है सम्मोहन से ही, जो अवचेतन मन को निष्क्रिय बना देता है। तब हमारी इच्छा-शक्ति, बिना किसी बाधा के सक्रिय हो जाती है और हम वे काम करने लगते है जो यदि हम जाग्रतावस्था मे करें तो चमत्कारिक लगें।

जाग्रतावस्था में हम अपने को वैसा ही महसूस करते हैं जैसे सचमुच हैं, पर सम्मोहनावस्था मे हम चाहने, कल्पना करने और विश्वास करने मात्र से अधिक स्वस्थ और योग्य हो सकते है, और अधिक स्वस्थ और योग्य व्यक्ति के समान आचरण भी कर सकते है। जाग्रतावस्था मे चीनी को मीठा ही मानने वाला हमारा अन्तर्मन, सम्मोहनावस्था मे निष्क्रिय हो कर, सम्मोहनकर्ता के सुझावो का स्पर्श पा कर, या हमारे ही आत्मबोधन द्वारा उसे खट्टा भी महसूस कर सकता है। सम्मोहन हमे उस अद्भुत शक्ति की कुंजी प्रदान करता है, जो हमारे सब सस्कारो, विचारों, कल्पनाओं और आदतो को सृष्ट करती है।

अपने कल्पना-चित्र के अनुरूप बनिए

आप अगर आज डरपोक हैं, तो आत्म-सम्मोहन की सहायता से कल ही निडर हो सकते है। डरपोकपन, कुछ पदार्थों की पीड़ा के भाव के साथ संगति करने, और उस से घबराने की आदत मात्र थी। इस घबराहट से आप के स्नायविक-मण्डल मे जो शारीरिक सनसनी पैदा होती है, वही डर है। इस डर को, आप बड़ी आसानी से दूर कर सकते है, अपने अचेतन मन को, जिस ने इस की सृष्टि की थी, निर्भयता का आदेश या सुझाव स्वयं दे कर और अपने निडर व्यक्तित्व की कल्पना कर के। मन के भावों की संगति के तत्त्व से बनी सभी आदतें स्थायी या बन्धनकारी नही होती, अपितु तरल और परिवर्तनीय होती है। आत्मसम्मोहन और आत्मबोधन द्वारा आप इन तरल और परिवर्तनीय आदतो और सस्कारों को इच्छानुसार मोड़ प्रदान कर सकते है, जमे हुए संस्कारो को उखाड़ कर अपनी मनोवृत्ति मे क्रान्तिकारी परिवर्तन ला सकते है।

आत्मबोधन की शक्ति के प्रभाव से सैकड़ो रोगियो को नया जीवन दिलाने वाले एमिली को ने इस शक्ति के बारे मे ठीक ही कहा था : "आत्मबोधन की शक्ति के सही प्रयोग से कोई भी व्यक्ति अपना स्वामी खुद बन सकता है।" वे कहते थे कि इस के लिए इस महामन्त्र का जप, मन ही मन हमेशा करते रहना चाहिए : "मै हर रोज, हर प्रकार से, बेहतर बनता जा रहा हूँ।"[1] देखने मे सीधा-सादा लगने वाला यह मन्त्र सचमुच अत्यन्त प्रभावशाली हो सकता है, बशर्ते इसे जपते हुए आप बराबर यह कल्पना भी करते रहे कि आप सचमुच हर प्रकार से बेहतर बनते जा रहे है। इस महामन्त्र ने करोड़ों को नया जीवन प्रदान किया है, तो आप को भी क्यो नही करेगा ? पूरी श्रद्धा से, सुन्दर सपने सँजोते हुए, आकर्षक कल्पना-चित्र खीचते हुए, इस का जाप करते रहिए; जो आप चाहेंगे, आप को अवश्य मिलेगा, जैसा आप बनना चाहेंगे, अवश्य बन कर रहेंगे।" यह याद रखिए कि आप की प्रगति पूर्णतया आप की कल्पना-शक्ति पर निर्भर है। जैसा आप अपने बारे मे सोचेंगे, ठीक वैसे ही बन सकेंगे। निषेधात्मक विचार आप की प्रगति को सीमित करते है। इस के विपरीत, सुनिश्चित

१. The Practice of Auto-suggestion—by · Emile Cove (Dodd. Mead and Co.)

आप को अकल्पनीय फल दिला सकते है। पर ऐसे विचारों को मन में स्थान देने से पूर्व, अपने मन को संशयात्मक विचारों से बिलकुल खाली कर दीजिए यह अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है।

६० साल की आयु मे भी जब लोग रिटायर हो जाते है, हालीवुड का अभिनेता कैरी ग्रान्ट, तरुण अभिनेताओं की भाँति चुस्त, तरोताजा और जिन्दादिल है, और हीरो का काम करता है। एक बार किसी ने उस से इस चमत्कार का रहस्य पूछा, तो उस ने कहा—'यह तो बड़ा आसान है। मैं हमेशा यही कल्पना करता रहता हूँ कि मैं चुस्त, तरोताजा और जिन्दादिल हूँ। इस के विपरीत कभी कल्पना नही करता।"

ऐसा नही है कि कैरी ग्रान्ट के मन मे कभी नकारात्मक विचार आते ही नही, पर वे सदा उन से सतर्क रहते है। उन के मन मे आते ही वे बडी सहजता और अत्यग्रता से कई बार अपने आप से ही कहते हैं : "नही, इन विचारों से मुझे कोई परेशानी नहीं हो रही है—जरा भी नहीं—ये कुछ समय बाद आसमान पर छाये बादलों की नाईं खुद ही छँट जायँगे।" इस के बाद, वे धीरे-धीरे निश्चयात्मक विचारों को मन मे आने देते है, जो नकारात्मक विचारों को बाहर निकाल देते है।

आप भी ऐसा कर के कैरी ग्रान्ट की भाँति स्वस्थ, प्रसन्न और सुखी क्यो नहीं रहते ? हमेशा अपनी कल्पना मे अपना ऐसा चित्र ही रखिए, जैसा आप बनना चाहते है। देखिए, कितनी जल्दी और कितनी आसानी से आप अपने कल्पना-चित्र के अनुरूप बन जाते है।

सफल आत्म-बोधन की चार कुंजियाँ है : दृढ़ विश्वास, असन्दिग्धता, असीमित उत्साह और एक ही कल्पना की पुनरावृत्ति। कल्पना की इन्ही चार कुंजियो की मदद से सफल आत्मबोधन करने वाला, एल्मर व्हीलर के शब्दों में "खुद को सफलता बेचता है"।

आप का अन्तर्मन एक बाग के समान है। आप जैसी कल्पना के बीज उस में बोयेंगे वैसे ही फल आप को मिलेंगे। यदि आप हमेशा यही कल्पना करते रहेंगे कि 'मै कमजोर हूँ, मैं असफल हूँ, मैं हमेशा ऐसा ही बना रहूँगा।" तो आप सचमुच हमेशा कमजोर और असफल ही बने रहेंगे। पर यदि आप हमेशा यह कल्पना करेंगे कि "मै सफल हूँ मैं स्वस्थ और सुखी हूँ, और हमेशा ऐसा ही रहूँगा", तो आप सचमुच हमेशा स्वस्थ, सफल और सुखी ही रहेंगे।

यदि आप को कोई कठिन काम करना है, या कोई कठिन परिस्थिति सामने आ गयी है, तो यह मत सोचिए कि आप उस काम को नही कर पायेंगे, या उस कठिन परिस्थिति का सामना करने में असमर्थ है। सिर्फ़ यह भी मत सोचिए कि "मैं मुश्किलों से नही डरता।" यह कल्पना कीजिए कि आप उस कठिन कार्य को खुशी-खुशी

---

१. Psycho-Cybernetics—by : Dr. Maxwell Mathy Prentice-Hale.

और आसानी से कर रहे हैं, या कठिन परिस्थिति का सामना करते समय आप को कोई कठिनाई नहीं हुई है, और आप ने हँसते-हँसते उस का सामना कर लिया है। देखिए, फिर वही होता है या वही, जिस की कल्पना आप ने की थी।

विश्वासपूर्ण उत्कटता से कल्पनाएँ करना और आत्मबोधन द्वारा उन्हें 'खुद को बेचना' सीखिए। आप देखेंगे, जीवन का कठोर मार्ग अत्यन्त सरल बन गया है, और आप अत्युल्लास से उस पर सफलता की मंजिलें पार करते हुए चले जा रहे हैं।

असली सपने : वैज्ञानिक व्याख्याएँ

जैसा कि हम पीछे कह आये है, सपनों की अगम-अजानी दुनिया सृष्टि के आरम्भ से ही मानव की जिज्ञासा एवं कौतूहल का विषय बनी हुई है। इतिहास साक्षी है कि आदिम मानव ने भी, अपने ढंग से, इस रहस्यमयी दुनिया को देखने और समझने की कोशिश की, तथा सपनों के विशिष्ट अर्थ निर्धारित किये। साठ वर्ष पूर्व तक, सभ्य जगत् के अधिकांश निवासी तक यह मानते थे कि सपनो में जो कुछ दिखाई देता है, वह देवताओं, भूत-प्रेतों, दानवों या जादूगरों की कृपा का फल है। भविष्यसूचक सपनों के बारे मे ऐसी धारणा थी कि ऐसे सपने किसी अलौकिक शक्ति की देन होते हैं।

पर, फ्रॉयड तथा उस के अनुगामियों ने इस धारणा को ध्वस्त कर के सपनों के अध्ययन को एक वैज्ञानिक दर्जा प्रदान किया। इतना ही नहीं, उन्होने यह भी निर्धारित किया कि सपनों के मूल को समझ कर तथा उन की सही व्याख्या कर के (या किसी कुशल स्वप्नशास्त्री से करवा के) आदमी ऐसे अनेक शारीरिक और मानसिक व्याधियो से मुक्त हो सकता है, जिन का उपचार अन्य किसी साधन या विधि से सम्भव नही है। सपनों का ऐसा वैज्ञानिक अध्ययन हमें अपने अलावा अपने परिचित व्यक्तियों के स्वभाव को समझने में भी सहायता कर सकता है, जैसा कि आगे के उदाहरणों से स्पष्ट होगा।

स्वप्न देखना उतनी ही स्वाभाविक क्रिया है, जितनी साँस लेना। वैज्ञानिक प्रयोगों से यह भी सिद्ध हो चुका है कि प्रत्येक व्यक्ति रोज़ स्वप्न अवश्य देखता है। ये पुरानी धारणाएँ एवं मान्यताएँ ग़लत साबित हो चुकी है कि स्वप्न किसी विशेष वस्तु के सेवन मे दिखाई देते है, तथा कुछ खास वस्तुओं के सेवन के फलस्वरूप खास क़िस्म के सपने देखे जा सकते है। हक़ीकत यह है कि सपने हमारी उन गुप्त इच्छाओं और भावनाओं का दर्पण होते है, जिन का पता कभी-कभी स्वयं हमे भी नही होता।

सपनों मे प्रतीकों का सफल प्रयोग

सपने हमारी गुप्त इच्छाओं और भावनाओं का दर्पण भले ही हो, पर कभी-कभी वे जो कुछ कहना या समझना चाहते है, वह सीधे रूप मे नही कहते या समझाते। जिस प्रकार हम बच्चों को कहानियाँ सुना कर नीति-पाठ कराते है, उसी प्रकार वे

भी अपनी बात प्रतीकात्मक रूप में, कहानियों के रूप मे सुनाते या समझाते हैं। इसे एकदम अजीब बात नहीं मानना चाहिए, क्योंकि जाग्रतावस्था में भी हम प्रायः प्रतीकात्मक रूप में बातें करते हैं, जैसे, 'मैं गुस्से से लाल-पीला हो गया' या 'मेरे हाथों के तोते उड़ गये' आदि। बोलने-चालने के अलावा, पढ़ने-लिखने में भी हम प्रतीकों—मौत के खतरे के लिए कंकाल के चित्र का, शान्ति के लिए कपोत का, ब्रिटेन के लिए जॉनबुलका—का प्रयोग करते है। प्रतीकों का प्रयोग हम किसी बात को जल्दी से और आसानी से कहने और समझाने के लिए भी करते हैं। प्रकृति भी, सपनों मे प्रतीकों का प्रयोग शायद इसी कारण करती है।

एक और कारण है प्रकृति द्वारा सपनों में प्रतीकों के प्रयोग का। सपनो में हमे खुद अपने ही अवचेतन मे छिपी ऐसी इच्छाओं और भावनाओं के दर्शन होते हैं, जिन्हें हमारा चेतन या जाग्रत मन सुनना या देखना गवारा नहीं करता। जाग्रतावस्था मे हम तर्क पसन्द करते है, पर सपने हमारे अवचेतन की अँधेरी गहराइयों मे से जन्म लेते है, वहाँ नग्न और आदिम इच्छाएँ ही निरंकुश नृत्य करती है। इन को हमारा चेतन मन प्रतीकों के रूप में ही स्वीकार कर पाता है। सपनों की वैज्ञानिक व्याख्या इसीलिए सरल कार्य नही है, क्योंकि उस का सीधा सम्बन्ध हमारे अवचेतन की पेचीदी प्रक्रियाओं से है।

स्वप्न—व्याख्याओं के ख़तरे

सपनों की व्याख्याएँ स्वयं करने या उन्हे समझने से पूर्व, एक बात अच्छी तरह से समझ लेनी जरूरी है। वह यह कि सपने यद्यपि प्रतीकात्मक भाषा मे बोलते है, फिर भी प्रत्येक प्रतीक का कोई निश्चित और अन्तिम अर्थ नही होता। हर व्यक्ति की विचारधारा और परिस्थितियां भिन्न हैं, और इसीलिए सपने के प्रतीक का अर्थ समझने के लिए पहले उस विचारधारा तथा परिस्थितियों से परिचित होना आवश्यक है। बिना ऐसे किये, सपनों की ग़लत व्याख्या सम्भव है। यहाँ यह भी कह देना बहुत जरूरी है कि कोई भी पुस्तक (इस में यह पुस्तक भी शामिल है) किसी भी स्वतन्त्र सपने की अचूक व्याख्या करने का दावा नही कर सकती। अधिक से अधिक वह यही कर सकती है कि स्वप्न-व्याख्याओं के कुछ विशेष उदाहरण प्रस्तुत कर के आप को सपनों की सही व्याख्या करने की विधि बता दे। इस पुस्तक के इस खण्ड मे भी ऐसा करने का प्रयत्न किया गया है।

यद्यपि यह सच है कि हर व्यक्ति की विचारधारा और परिस्थितियाँ भिन्न हैं, तथापि यह सच है कि हम में से अधिकांश के अधिकांश विचार, भावनाएँ तथा मूल प्रवृत्तियाँ प्रायः समान ही है, तथा उन्हे व्यक्त करने के लिए हम प्रायः एक-सी ही विधियों को काम मे लाते है। बहुत दु:खी होने पर आँखों मे आँसू आ जाना प्रायः हर मानव के लिए स्वाभाविक है। इसी प्रकार किसी अप्रिय स्थिति का सामना करने

पर हम सभी बग़लें झांकने लगते हैं, या आँखें मीच लेते हैं । स्वप्न-व्याख्याओं के आगे के उदाहरण प्रस्तुत करते समय इस बात का विशेष ध्यान रखा गया है कि उन्ही सपनों और सपनो मे दिखाई देने वाले दृश्यों और प्रतीकों का अधिकाधिक उल्लेख हो, जो अधिक से अधिक लोगों को अधिक से अधिक बार दिखाई दिये हों। पर, आगे दी हुई व्याख्याएँ अन्तिम रूप से सही नही है, हद से हद वे आनुपातिक रूप से ही सही है । इन व्याख्याओं को अपने समान सपनों पर लागू करने से पूर्व, इस बात को याद रखिए कि जिस प्रकार आप औरों से अलग हैं, उस प्रकार आप के सपने भी औरों से अलग है ।

आपने चित्रखण्ड प्रहेलिका (Jigsaw puzzle) देखी होगी । उसे हल करने के लिए सब टुकड़ों को देखना आवश्यक है । सपने भी चित्रखण्ड प्रहेलिका की ही भाँति हैं । उन्हे हल करने के लिए व्याख्याकार को सपना देखने वाले के व्यक्तित्व के सब खण्डों की ओर देखना पड़ता है । यह काम आसान नही है, और इस के लिए काफी समय, श्रम, धैर्य, प्रशिक्षण और अनुभव की जरूरत पड़ती है ।

अपने सपनों को बेहतर ढंग मे समझने के लिए अपने सपनों की डायरी रखिए । इस डायरी मे, जो सपना दिखाई दे, उसे पूरी ईमानदारी और पूरे विस्तार से लिख डालिए । कुछ समय बाद, इस डायरी की मदद से आप अपने सपनो का एक ढाँचा (प्रतिमान) अपने सामने प्रकट होते देखेंगे । कालान्तर मे इसी प्रतिमान की सहायता से आप उस व्यक्ति की असली और बिना 'टच' की हुई तसवीर देख सकेंगे, जिस के साथ आप अपने जीवन के प्रथम क्षण से आज तक हर क्षण साथ रहे है, और अन्त तक जिस के साथ रहना आप को नियति है । यह व्यक्ति है—स्वयं आप का ही आदिम और असंस्कृत रूप ।

पर, अपने सपनों की ऐसी पेचीदी व्याख्या करने से हमे लाभ क्या है, यह प्रश्न उठाया जा सकता है । इस प्रश्न के दो उत्तर दिये जा सकते है । पहला—उन के जरिये हम अपनी समस्याओं और अपने तनावों का सूक्ष्म अध्ययन कर सकते है, और उन्हें हल या कम करने की दिशा मे क़दम उठा सकते है । दूसरा—उन के जरिये हम अपने आस-पास के लोगों और परिस्थितियों के वास्तविक स्वरूप को भी जान सकते है । कारण सपनों की व्याख्या असल मे हमारे जीवन तथा उसे प्रभावित करने वाले सभी व्यक्तियों और वस्तुओं की व्याख्या है । यह सच है कि सपनो की व्याख्या से ही जीवन की तमाम समस्याओं का हल नही पाया जा सकता । पर, यह व्याख्या एक ऐसी कुंजी है जिस के द्वारा आप अपने जीवन को अधिक सुखी, सफल और उपयोगी बनाने का राजद्वार खोल सकते है—अपने आन्तरिक द्वन्द्वों पर हावी हो कर तथा अपनी इच्छाओं और भावनाओ को वश में रख कर ।

वैज्ञानिक व्याख्या से पूर्व आप के सपने आप को अजीब, बेहूदा, अविश्वसनीय, अतिरंजित, कल्पित और न जाने क्या-क्या लग सकते है । पर, व्याख्या के बाद आप

उन का तथा अपनी गुप्त इच्छाओं और भावनाओं का तारतम्य स्पष्ट देख सकते हैं। तब आप के सपनों के स्वरूप के अलावा उन के महत्त्व को भी समझेंगे।

एक बात को फिर पूरे ज़ोर के साथ कहना आवश्यक है। सपनों और उन मे व्यक्त प्रतीकों और अर्थों पर आप किसी भी रूप में कोई बन्धन नही डाल सकते। जिन परिस्थितियो की कल्पना भी जाग्रतावस्था मे आप के लिए असह्य होती, वे सपनों मे बड़े सहज और स्वाभाविक रूप से प्रत्यक्ष किंवा अप्रत्यक्ष रूप से प्रकट होती हैं। स्वप्नावस्था मे हमारी तर्क शक्ति तथा नैतिक मान्यताएँ भी सो जाती है, तथा हमारा वह रूप उजागर होता है, जिस पर कोई नियम, कोई मान्यता लागू नही हो सकता।

कष्टदायक सपनों से डरने की जरूरत नही। वे उस कष्टदायक घोड़े के समान है जो आप के व्यक्तित्व के किसी विकार को प्रकट करते है। इस विकार को सपनों के सही निदान और अर्थ द्वारा आसानी से दूर किया जा सकता है।

अवचेतन का निस्सीम विस्तार

जिस अवचेतन से हमारे सपनों का जन्म होता है, उस का प्रभाव-क्षेत्र, आयाम तथा गहराई हमारे चेतन से कही बड़ी है। यदि चेतन मन को एक झील मान लिया जाये, तो अवचेतन को एक निस्सीम महासागर कहा जा सकेगा। अवचेतन के असीमित विस्तार और उस की असीमित शक्ति का आंशिक परिचय हमे तभी हो सकता है जब हम अपने को तर्क और नैतिकता के बन्धनो से मुक्त कर ले। कोई ऐसी भावना नही है, कोई ऐसा विचार नही है, जिस के अस्तित्व से आप का अवचेतन मन बेख़बर हो। जिन विचारो को हमारा चेतन मन दूषित या अनुचित मानता है, वे अवचेतन मन के लिए उतने ही सहज और स्वाभाविक है, जितने पवित्र या उचित माने जाने वाले विचार। हमारे अवचेतन के विपुल-भडार मे उन सभी स्मृतियो, नैसर्गिक प्रवृत्तियों, ग्रन्थियो, सूक्ष्म या पेचीदा विचारो, कटु, उग्र या सौम्य भावनाओं को स्थान प्राप्त है, जिन की कल्पना हम दूसरो मे करते है। कई प्रख्यात सन्तो ने इसी लिए भगवान् को धन्यवाद दिया है कि वह स्वयं अपने सपनों के लिए जिम्मेवार नही है।

हमारे सपने एक अन्य दृष्टि से भी हमारे लिए महत्त्वपूर्ण है। घटनाओ तथा उन की सही सम्भावनाओं की तह मे जितनी जल्दी सपने पैठ सकते है, हमारी तर्क शक्ति या बुद्धि नही पहुँच सकती। ज्यादातर तो बुद्धि ऐसा करने मे असमर्थ ही रहती है। हमारा अवचेतन मन उन सभी बातों को याद रखता है, जो हमारे चेतन मन के अनुसार हम कभी के भूल चुके है, भले ही ये बातें कितनी ही अप्रिय और कटु क्यों न हों।

आप स्वयं भी अपने सपनो की वैज्ञानिक व्याख्या कर सकते है, पर इस के लिए कुछ शर्तो का पालन जरूरी है। ऐसी व्याख्या करने से पूर्व, आप को अपने तईं पूरी तरह ईमानदार होना होगा, और आप जैसे है, ठीक उसी रूप में अपने को जानने के लिए तैयार रहना होगा। ऐसा दृष्टिकोण अपनाये बिना, आप अपने सपनों की

जो व्याख्या करेंगे, वह एकांगी, गलत और भ्रामक सिद्ध हो सकती है। अधिकांश व्यक्ति यह समझते है कि वे अपने बारे में सब कुछ जानते हैं। पर, वास्तव मे वे उन अज्ञात इच्छाओं और शक्तियो से परिचित नही होते, जो उन के अवचेतन मन मे सक्रिय रहती हैं। अपने सपनो की स्वयं व्याख्या करने के लिए जिस साहस, धैर्य और अलगाव की जरूरत है, वह बहुत कम लोगो मे होता है। इसी लिए, जब तक आप में ऐसा साहस, धैर्य और अलगाव न हो, अपने सपनों की व्याख्या किसी विशेषज्ञ से ही कराइए।

सपनो की व्याख्या करने से पूर्व, डॉ० ज्याँ फाउका का यह कथन भी याद रखने योग्य है : "मै यह नही मानता कि सपनो के बारे मे हमारी स्मृति पूर्णतया विश्वसनीय होती है। हम जागते ही सपनों को भूल जाते हैं। हमारा जाग्रत मन सपने मे दीखे विभिन्न दृश्यों को ऐसी तालमेल बिठाता है कि वह हमारे तर्कप्रिय चेतन मन को स्वीकार्य होती है। यही मत एक अन्य स्वप्नविशेषज्ञ डॉ० तानेरी का है, "जैसे ही हम जागते है, अपने सपने हमे भूल जाते हैं। जाग्रतावस्था में हम इन्हीं सपनो को इच्छानुसार गढ लेते है।" हैवलॉक एलिस ने इसी बात को दूसरे शब्दों मे इस प्रकार कहा है, "हमे सपनो का भाव ही याद रह पाता है।"

आइए, अब देखें कि कोई विशेषज्ञ या स्वयं आप अपने किसी 'अति कुत्सित और त्रासकारी' सपने की वैज्ञानिक व्याख्या किस प्रकार कर सकते है।

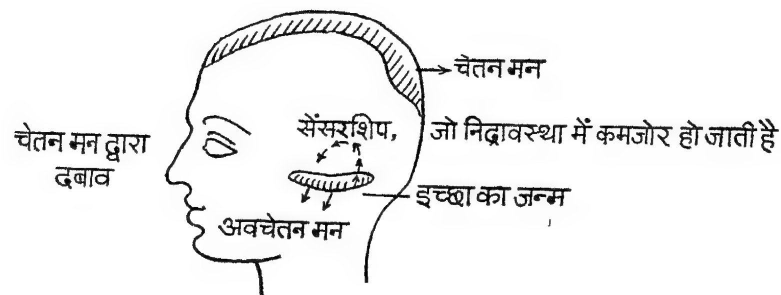
मान लीजिए, आप ने सपना देखा कि आप किसी प्रिय मित्र की हत्या कर रहे है। यह स्तब्धकारी सपना आप को अतिकुत्सित लगा, क्योंकि जाग्रतावस्था मे आप ऐसी स्थिति की कल्पना भी नही कर सकते हैं। पर, आइए देखें कि कोई विशेषज्ञ इस सपने की वैज्ञानिक व्याख्या किस प्रकार करेगा।

बातचीत से विशेषज्ञ पता लगा लेगा कि आप चरित्रवान् व्यक्ति है, और सब नैतिक नियमों का निष्ठापूर्वक पालन करते है। पर, विशेषज्ञ यही नही रुकता। वह यह जानता है कि उस मित्र को हत्या करने की इच्छा अवचेतन मन की गहराइयो से उठ कर पहले कभी आप के चेतन मन से टकराई होगी। पर नैतिक नियमो के प्रति जागरूक चेतन मन ने उसे सेन्सर कर के दबा दिया तथा भुला दिया। पर, आप का अवचेतन अभी तक आप की इस इच्छा को नही भूला है। उस ने इस इच्छा को उपरोक्त सपने मे साकार कर के आप को जता दिया कि अवचेतन पर आप का वैसा नियन्त्रण सम्भव नही है, जैसा चेतन मन पर है।

इस सपने से आप किस प्रकार लाभ उठा सकते है? यह समझ कर कि ऐसी इच्छा आप के अवचेतन मन के लिए अत्यन्त स्वाभाविक है, और उसे दबाने की कोशिश बेकार होगी। सिर्फ इतना ही समझ लेने पर आप चमत्कारपूर्ण ढंग से इस इच्छा की सपने में या वास्तविक जीवन में पुनरावृत्ति से मुक्त हो सकते हैं। फिर

यह इच्छा किसी ग्रन्थि या मनोग्रस्ति को जन्म नही देगी, और आप को तंग भी नही करेगी। इसी लिए सब विचारकों ने 'अपने को जानने' (Know thyself) पर जोर दिया है। फ्रॉयड ने इसी लिए कहा था कि सपनों को समझने से हम अपने को समझ सकते हैं, और चेतन मन मे लगे जालों को साफ़ कर सकते है।

नीचे के चित्र मे मस्तिष्क मे चेतन और अवचेतन मन की स्थितियों को दर्शाया गया है।



आइए अब पढ़िए, कुछ ऐसे सपनों को वैज्ञानिक व्याख्याएँ, जो अधिकतर लोगों को दिखाई देते है। इन्हे उदाहरणस्वरूप ही मानिए, और सीधे अपने सपनों पर लागू करने की गलती न कीजिए। अपने सपनों की पूरी और सही व्याख्या व्यक्ति को पूरी तौर पर जानने के बाद ही सम्भव है।

(१) रेगिस्तान में धन

स्वप्न : सपने मे मै एक विशाल रेगिस्तान में अकेली बैठी हूँ। मुझ से कुछ दूरी पर कुछ लोग कोई खेल खेलने मे लीन हैं। मेरा मन तो करता है कि मै भी उन के साथ खेलूँ, पर संकोच के कारण नही कर पाती। तभी मुझे रेत मे एक चमकीला सिक्का पड़ा दिखाई देता है। कुछ सेकंड बाद मुझे रेत मे चारों ओर ऐसे ही सिक्के पड़े दिखाई देने लगते है।

व्याख्या : सपनों की भाषा मे धन प्रेम का प्रतीक है। सपनो मे धन मिलने के अर्थ है प्रेम की प्राप्ति। ऐसे सपने उन्हें ही दिखाई देते है, जिन का वास्तविक जीवन प्रेम से शून्य होता है। यह सपना एक महिला को दिखाई दिया था, जो एक बार नही, दो बार तलाक़ दे चुकी है। मन ही मन वह जानती है कि उसे वास्तविक जीवन मे असली प्रेम के अब कभी दर्शन नही होंगे। इस की पूर्ति वह इस सांकेतिक सपने मे चारों ओर बिखरा धन देख कर करती है, जो सपनों में प्रेम का प्रतीक है।

(२) नग्नावस्था

स्वप्न : सपने मे मैं सड़क पर दिगम्बरावस्था मे चला जा रहा हूँ। इस डर से कि कोई मुझे इस हालत मे देख न ले, मैं एक खम्बे के पीछे छिप जाता हूँ। तभी न मालूम कहाँ से कुछ लोग प्रकट हो कर मुझे घेर लेते हैं। मैं यह आशा करता हूँ कि ये लोग मुझे नग्नावस्था मे नहीं देखेंगे।

व्याख्या : इस सपने की दो व्याख्याएँ सम्भव हैं। पहली—सपना देखने वाला बाल्यावस्था मे पुनः जीना चाहता है, उस बाल्यावस्था में जब न कोई चिन्ता थी, और न कपड़े पहनने की फ़िक्र। दूसरी—सपना देखने वाला व्यक्ति अपने जीवन का कोई अप्रिय तथ्य लोगों से छिपाना चाहता है, पर उसे डर है कि वह ऐसा करने मे सफल नही हो सकेगा।

(३) आकाश में उड़ान

स्वप्न : सपने में मैं अपनी प्रेमिका के साथ घूमने जा रहा हूँ। अचानक मुझे लगता है कि मैं आकाश मे आज़ादी से उड़ूँ। सोचने भर की देर है कि मैं ऐसा करने भी लगता हूँ। काश ! मैं स्वतन्त्रतापूर्वक इस प्रकार आकाश में उड़ने के लिए स्वतन्त्र होता !

व्याख्या : जिस व्यक्ति ने यह सपना देखा है, वह निःसन्देह वास्तविक जीवन में अपने को असहाय अनुभव करता है। जिस प्रेमिका के साथ वह सपने मे घूम रहा है, वह उस पर शादी करने का, या किसी और बात का दबाव डाल रही है। इस दबाव से मुक्त होने के लिए सपना देखने वाला युवक सपने मे आकाश मे विचरण करता है, जहाँ वह कुछ भी करने के लिए स्वतन्त्र है।

(४) घर पहुँचने में देरी

स्वप्न : सपने मे मेरी पत्नी ने शाम को बच्चे की वर्षगाँठ की पार्टी का आयोजन किया है। मैं ऑफिस से ठीक समय पर घर पहुँचने की कोशिश करता हूँ, पर रोज़ की तरह मुझे ठीक समय पर बस नहीं मिलती। बस पर बस भरी हुई निकल जाती है, और मुझे जगह नही मिलती। कोई टैक्सी वाला भी मुझे घर ले जाने को तैयार नहीं होता। साइकिल लेता हूँ, तो वह भी रास्ते में खराब हो जाती है।

व्याख्या : सपना देखने वाला वास्तव में इस पार्टी मे शामिल नही होना चाहता। वह कही और जाना चाहता था, सिनेमा देखने या दोस्तों के साथ रमी खेलने। यह सपना उस की पार्टी मे शामिल होने की ऊपरी इच्छा और न होने की वास्तविक इच्छा मे द्वन्द्व का सुन्दर प्रतीक है। इस द्वन्द्व के कारण वह दोनों मे से कोई भी इच्छा पूरी नही कर पाता।

(५) परीक्षा का भय

स्वप्न : सपने मे मैं परीक्षा-हॉल में बैठा हूँ। गणित का प्रश्नपत्र मेरे सामने है। पर उस का कोई भी प्रश्न मेरी समझ में नही आ रहा है, और मेरा दिल बुरी तरह धड़क रहा है।

व्याख्या : यह सपना एक ऐसे नवयुवक को दिखाई दिया था जिस ने कुछ दिन पहले ही काम पर जाना शुरू किया था। मन ही मन उसे डर है कि अपना काम ठीक ढंग से नही कर पायेगा। इस स्वप्न के माध्यम से वह अपने को यह आश्वासन दे रहा है कि जिस प्रकार परेशानियों के बावजूद वह विद्यार्थी-काल मे कठिन परीक्षाओ मे सफल हो जाता था, इसी प्रकार परेशानियो के बावजूद वह अपने काम मे भी सफल हो सकेगा। सपना उस की वर्तमान मनोदशा का परिचायक है।

(६) प्रियजन को चोट

स्वप्न : शहर के बाहर घूमते हुए मुझे अपने सर्वश्रेष्ठ मित्र का शव दिखाई देता है। यद्यपि मेरे मित्र की आयु ३५ वर्ष है, तथापि सपने मे मै उसे १५ वर्ष का ही देख रहा हूँ। उसे मृत देख कर मुझे कोई दुःख नही होता। यही खयाल आता है, 'कितना अच्छा लड़का था!'

व्याख्या : यह सपना एक ऐसे सिपाही को दिखाई दिया था, जो दूसरी लड़ाई के दौरान कुछ दिनों के लिए छुट्टी पर घर आया था। उन्ही दिनों उस का सर्वश्रेष्ठ मित्र, जो वायुसेना मे विमान-चालक था, खतरनाक उड़ानों मे आता-जाता रहता था। इस स्वप्न द्वारा स्वप्न देखने वाले ने अपने प्रिय मित्र के साथ सुखी दिन बिताने की दिली कामना व्यक्त की है, उन दिनों कि जब वे दोनों मस्त नवयुवक थे।

(७) सपने में मौत

स्वप्न : सपने मे मैं अपने घर के पास एक महिला को खड़े देखता हूँ। वह मुझ से पूछ रही है कि मेरे बडे भाई का दाह-संस्कार कब होगा? अपने भाई की मृत्यु का समाचार पा कर मुझे बडा सन्ताप होता है।

व्याख्या : यह सपना देखने वाले व्यक्ति के अपने बड़े भाई के प्रति क्रोध का प्रतीक है। इस बडे भाई ने छल-कपट से अपने छोटे भाई की पूँजी हथिया ली थी, और उस से अपनी दुकान मे सारा दिन काम करवाने के बावजूद उसे पूरा वेतन नही देता था। छोटा भाई सचमुच अपने बड़े भाई की मौत नही चाहता, पर ऐसी मौत हो जाये, तो उसे कोई दुःख नही होगा।

(८) ऊँचाई से गिरने का सपना

स्वप्न : सपने में मैं एक ऊँची मीनार पर चढे चला जा रहा हूँ। बीच में मैं कुछ क्षणों के लिए नीचे जमीन की ओर देखता हूँ। कोई अदृश्य शक्ति मुझे नीचे की ओर खीचती प्रतीत होती है। मैं अपने को रोक नहीं पाता, और नीचे गिरने लगता हूँ। बीच में ही एक चीख के साथ मेरी आँख खुल जाती है।

व्याख्या : ऐसा सपना प्रायः उन व्यक्तियों को दिखाई देता है, जिन के मन में कोई तीव्र द्वन्द्व चल रहा होता है। अपने को न रोक पाने के कारण नीचे गिरना 'प्रलोभनवश नैतिक मार्ग से 'पथच्युत' होने का प्रतीक है। सपना देखने वाले व्यक्ति के इस अन्तर्द्वन्द्व के मूल में थी एक महिला, जिसे वह, विवाहित होने के बावजूद छिप-छिप कर प्यार करता है, और यह जान कर भी कि वह ऐसा कर के नैतिक दृष्टि से अनुचित कार्य कर रहा है, उसे प्यार करने से अपने-आप को रोक नही पाता।

(९) प्रेमी युवक वृद्ध बन गया

स्वप्न : मैं एक कालेज-छात्रा हूँ। पिछले छह महीनों में मुझे सपने में कम से कम आठ-दस बार यह दिखाई दे चुका है कि मैं एक आकर्षक युवक के साथ घूमती रहती हूँ। हम दोनों एक दूसरे को प्यार करते हैं, पर मेरे आलिंगन करते ही वह प्रेमी युवक से वृद्ध बन जाता है।

व्याख्या : यह सपना देखने वाली युवती मन ही मन विवाह करने से डरती है। उस के माता-पिता सदा आपस मे लड़ते रहते थे, और इस कारण उसे लगता है कि उस का वैवाहिक जीवन भी अपने माता-पिता के वैवाहिक जीवन के समान दुखी होगा। प्रेमी युवक उस को सुखी वैवाहिक जीवन व्यतीत करने की आकांक्षा का प्रतीक है, और उस का वृद्ध बन जाना इस बात का प्रतीक कि उस के मन में यह विश्वास घर कर गया है कि उस का वैवाहिक जीवन कभी सुखी नही हो सकेगा।

(१०) सपने में सपना

स्वप्न : मैं ने सपना देखा कि मैं सपना देख रहा हूँ कि मेरी पत्नी की मृत्यु हो गयी है। सपने में मैं ने यह भी देखा कि सपने के अन्दर दिखाई देने वाले इस सपने से जाग कर मैं ने पत्नी की मृत्यु की बात अपने एक साथी को बतायी।

व्याख्या : यह एक काफ़ी पेचीदी पर साथ ही दिलचस्प समस्या है। इस की स्पष्ट व्याख्या तो यही है कि सपना देखने वाला वास्तविकता को सपने मे बदलने का इच्छुक है। यह सपना जिस व्यक्ति को दिखाई दिया था उसे डॉक्टरों ने बताया था कि उस की पत्नी को राजयक्ष्मा रोग हो गया है। इस सपने के माध्यम से यह व्यक्ति इस 'दुःखद' समाचार को सुनने की हार्दिक इच्छा को व्यक्त कर रहा है। पर साथ ही

वह यह भी चाहता है कि पत्नी की मृत्यु का तथ्य मूर्त्त रूप न धारण करे, और सपना ही बना रहे ।

(११) वेतन में वृद्धि

स्वप्न : मैं ने सपने में देखा कि मेरे बॉस ने आ कर मुझ से कहा है कि भविष्य मे मुझे वेतन मे २५ रुपये अधिक मिला करेंगे । जाग्रतावस्था मे मै ने पाया कि सचमुच मेरे वेतन मे २५ रुपये की वृद्धि हुई है ।

व्याख्या : इस स्वप्न द्वारा स्वप्न देखने वाले ने इस वृद्धि की साक्षात् कामना की है । वह अच्छा काम कर रहा था, और उस के अवचेतन मन को ज्ञात था कि उसे शीघ्र ही २५ रुपये की वार्षिक वृद्धि मिलने वाली ही है । उसे यह स्वप्न इस लिए दिखाई दिया कि उस के चेतन मन को इस बात का पक्का भरोसा नही था कि यह वृद्धि मिलेगी ही ।

(१२) सपने मे गिरफ़्तारी

स्वप्न : मुझे प्रायः सपने मे दिखाई देता है कि मुझे गिरफ्तार कर के मुझ पर मुक़दमा चलाया गया है, और अपराधी पा कर जेल भेज दिया गया है ।

व्याख्या : इस स्वप्न की व्याख्या यही है कि अपना अवचेतन मन अपने को किसी ऐसे अपराध के लिए गुनहगार ठहराता है, जिस के लिए आप का चेतन मन आप को अपराधी नहीं समझता, या वह उस अपराध को दबाना और भुलाना चाहता है । चूँकि चेतन और अवचेतन के संघर्ष मे जीत हमेशा अवचेतन की ही होती है, इस लिए यहाँ भी अवचेतन ने अपनी 'विजय' को इस स्वप्न-प्रतीक के रूप में साकार किया है

(१३) जानवर या मछलियाँ पकड़ना

स्वप्न : मै २३ वर्ष का युवक हूँ, और एक बैंक में क्लर्क हूँ । मुझे एक सपना बार-बार दिखाई देता है । इस सपने मे या तो मैं जंगली जानवर पकड़ता हूँ, या मछलियाँ पकड़ता हूँ ।

व्याख्या : इस स्वप्न की अनेक व्याख्याएँ सम्भव है । यदि बैंक में काम करने से पहले, आप जानवर या मछलियाँ पकडने का काम करते थे, तो इस स्वप्न का अर्थ यह हो सकता है कि आप पुनः वही काम करने के इच्छुक है, पर कर नही पाते । स्वप्न की दूसरी व्याख्या के अनुसार आप किसी ऐसी वस्तु या किसी ऐसे व्यक्ति को अपने वश मे करना चाहते है जो आसानी से उपलब्ध नही है, और जिस की प्राप्ति के लिए काफी चतुराई और कुशलता की आवश्यकता है । यह तथ्य कि यह सपना

बार-बार दिखाई देता है, इस बात का सूचक है कि जिस व्यक्ति या वस्तु को पाने की इच्छा है, वह जीवन की किसी मूलभूत आवश्यकता से सम्बन्धित है।

(१४) झील

स्वप्न : मुझे सपने मे एक प्रशान्त झील अकसर दिखाई देती है।

व्याख्या : यह स्वप्न इस बात का सूचक है कि सपना देखने वाला जीवन मे और अधिक प्रगति करने के लिए आराम और शान्ति चाहता है, जो उसे फिलहाल उपलब्ध नहीं है।

(१५) लिफ्ट और सीढियाँ

स्वप्न : मुझे सपने मे दिखाई दिया कि मैं बार-बार एक लिफ़्ट में ऊपर-नीचे आ-जा रहा हूँ। सपने के अन्त मे मैं ने देखा कि लिफ्ट मुझे छोड़ कर चली गयी है, और मैं सीढ़ियों द्वारा ऊपर जा रहा हूँ।

व्याख्या : लिफ़्ट मे उतार-चढ़ाव सपना देखने वाले व्यक्ति की जीवन मे संघर्ष के बाद सफलता प्राप्त करने की कामना का द्योतक है। सपने का अन्त इस बात का सूचक है कि उस में आत्मविश्वास की कमी है, और उसे सफलता अथक श्रम करने के बाद ही प्राप्त होगी।

(१६) गुफा

स्वप्न : सपने मे गुफा अकसर दिखाई देती है।

व्याख्या : सपने में गुफा का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले को सुरक्षा की तलाश है। जब तक उसे इच्छित सुरक्षा नही मिल जाती, गुफा का सपना बार-बार दिखाई देता रहेगा। कभी-कभी गुफा का सपना स्त्री-सुख की कामना करने वालों को भी दिखाई देता है।

(१७) सपने में बिना सिर वाला व्यक्ति

स्वप्न : सपने में बिना सिर वाला व्यक्ति दिखाई दिया था।

व्याख्या : वयस्क व्यक्ति दूसरे व्यक्ति की पहचान उस का चेहरा देख कर करता है। पर, शिशु माँ को उस के चेहरे से नही, उस के स्तनों से पहचानता है, ऐसा मनोवैज्ञानिकों का कथन है। सपना देखने वाला वयस्क हो जाने के बावजूद, इस सपने के माध्यम से दुबारा शिशु बन कर निर्द्वन्द्व जीवन जीना चाहता है।

(१८) नंगे पाँव भ्रमण

स्वप्न : सपने में मैंने अपने आप को नंगे पाँव भ्रमण करते देखा। वास्तविक जीवन में मै कभी नंगे पाँव भ्रमण नही करता।

व्याख्या : नंगे पाँव भ्रमण करने के सपने के अर्थ हैं कि सपना देखने वाले ने कोई गुप्त अपराध किया है, जिस के पश्चात्तापस्वरूप वह नंगे पाँव भ्रमण करना चाहता है।

(१९) सपने में सर्प-दर्शन

स्वप्न : मुझे सपने में साँप दिखाई दिया।

व्याख्या : फ्रॉयड ने सर्प को पुरुषत्व का प्रतीक माना है। उन के अनुसार सपने मे साँप उन महिलाओं को अधिकतर दिखाई देता है, जिन की सेक्स की प्यास अधूरी है। पर, आधुनिक स्वप्नशास्त्री साँप को प्रज्ञा और उपचार का प्रतीक भी मानते हैं, तथा सपने मे उस का आना शुभ मानते है।

(२०) सपने में नरभक्षकों के दर्शन

स्वप्न : सपने मे नरभक्षकों के दिखाई देने के क्या अर्थ है ?

व्याख्या : सपनो मे नरभक्षकों का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले की आदिम प्रवृत्तियाँ काफ़ी सजग और सक्रिय है। यदि नरभक्षक सपना देखने वाले व्यक्ति को खाते दिखाई दें, तो यह समझना चाहिए कि उस व्यक्ति की उद्दाम और आदिम प्रवृत्तियाँ उस के विनाश का कारण बनेंगी। व्यक्ति नरभक्षको को वश मे कर ले, तो मानना चाहिए कि वास्तविक जीवन मे भी वह संयम द्वारा अपने चंचल मन को वश मे रखने में सफल हो सकेगा।

(२१) ज़िन्दा गाड़े जाने का सपना

स्वप्न : मुझे सपना दिखाई दिया कि मुझे जिन्दा क़ब्र में गाडा जा रहा है।

व्याख्या : यह सपना प्रायः उन्हीं व्यक्तियो को दिखाई देता है, जिन का जन्म काफ़ी कठिनाई से हुआ हो। ऐसे व्यक्तियों का अवचेतन मन उस कठिनाई को नही भुला पाता, और इस सपने के माध्यम से उस घटना को याद कर लेता है। एक बार ऐसा सपना देखने वाले व्यक्ति को इस की व्याख्या समझा दी जाये तो यह सपना दीखना बन्द हो जाता है।

(२२) ट्रेन छूटने का सपना

स्वप्न : मुझे सपने में दिखाई दिया कि मुझ से वह ट्रेन छूट गयी, जिस मे जाना मेरे लिए बहुत जरूरी था। इस सपने का क्या अर्थ हो सकता है ?

व्याख्या : ऐसा सपना उन व्यक्तियों को दिखाई दे सकता है, जो मृत्यु से भयभीत रहते है। मृत्यु को 'अन्तिम यात्रा' माना जाता हे। इस सपने के माध्यम से सपना देखने वाला व्यक्ति अपने को यह आश्वासन देता है कि वह मृत्यु के भय से पीड़ित है, पर मौत को चकमा दे सकता है।

(२३) लाल गुलाब

स्वप्न : मुझे सपने मे एक हाथ दिखाई दिया, जो सफेद, गुलाबी और लाल रंग के गुलाब के फूल ले रहा था। इस हाथ के अदृश्य मालिक ने मुझ से पूछा कि तीनों गुलाबों मे से मुझे कौन-सा पसन्द है ? मै ने लाल गुलाब पसन्द किया।

व्याख्या : यदि आप ने लाल गुलाब पसन्द किया है, तो इस के अर्थ यह है कि आप रोमांसप्रिय है; दूसरो को उत्कटतापूर्वक प्रेम करते हैं, और स्वयं उन से भी आशा करते हैं, कि वे भी आप को उतनी ही उत्कटता से प्यार करें। लगता है, आप अकेले हैं और आप को प्रेम करने वालो की संख्या अधिक नही है। यदि आप ने सफेद गुलाब पसन्द किया होता, तो इस के अर्थ होते कि आप पवित्रता और शुद्ध प्रेम को सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण मानते है। गुलाबी रंग का फूल पसन्द करने के अर्थ होते है कि आप सन्तुलित जीवन व्यतीत करते है, और साधारण प्रेम-प्रदर्शन से ही सन्तुष्ट हो जाते है।

(२४) बन्दर

स्वप्न : मुझे सपनों में बन्दर अकसर दिखाई देते हैं।

व्याख्या : सिर्फ़ बन्दर दिखाई देने के अर्थ तो यही है कि आप को आदमी का कमजोर, बचकाना और चंचल रूप पसन्द है। यदि आप ने स्वयं को बन्दर के रूप में देखा है, तो इस के अर्थ है कि आप अपने को तुच्छ और महत्त्वहीन मानते है। यदि आप को आप का कोई मित्र बन्दर के रूप मे आचरण करता हुआ दिखाई दिया है, तो इस के अर्थ हैं कि आप उसे अधिक महत्त्व नही देते, और वह आप के लिए मजाक़ और खिलवाड का ही साधन है। अपने पति को बन्दर के रूप में देखने वाली महिला उसे मामूली आदमी समझती है। उस के प्रति द्वेषभाव रखती हुई वह यह भी समझती है कि उसे बन्दर की तरह नाच नचा कर ही वश मे रखा जा सकता है।

(२५) चाक़ू

स्वप्न : मुझे सपनों मे चाक़ू दो बार दिखाई दिया। एक बार वह मेरे हाथ मे था तथा दूसरे अवसर पर मेरे एक परिचित के हाथ मे।

व्याख्या : आप के हाथ मे चाक़ू होने के अर्थ है कि आप किसी से जबर्दस्ती कोई बात मनवाना चाहते है। आप के परिचित के हाथ मे चाक़ू होना इस बात को दर्शाता है कि आप को उस व्यक्ति से यह भय है कि वह कभो भी आप पर छिप कर वार कर सकता है। इस सपने का दिखाई देना इस बात का भी द्योतक है कि आप इस परिचित से पूरो तरह सावधान है।

(२६) दूध

स्वप्न : मुझे प्राय: सपने में एक महिला अपने बच्चे को दूध पिलाती दिखाई देती है।

व्याख्या : दूध और मातृत्व का गहरा सम्बन्ध है। आप के सपने को व्याख्या इस प्रकार की जा सकती है : आप या तो मातृसुख से वंचित है, और आप को उस की कामना है, या आप स्वयं किसी को इस प्रकार प्यार करती है, और उसे मातृसुख पहुँचाना चाहती है।

(२७) क़ैंची

स्वप्न : मैं ने सपने में अपने को कई बार कैंची हाथ मे लिये देखा है।

व्याख्या : कैंची काटने के काम आती है। सपने मे क़ैंची दिखाई देने के अर्थ है कि आप किसी वस्तु या व्यक्ति से कटना चाहते है। एक दूसरा अर्थ यह भी है कि आप स्वयं किसी को काटने के इच्छुक है—किसी वस्तु को या किसी व्यक्ति को।

(२८) नृत्य

स्वप्न : अपने सपनो मे मैं या तो स्वयं अकेली नृत्य करती हूँ, या किसी अपरिचित युवक के साथ नृत्य करतो हूँ।

व्याख्या : नृत्य का सपना प्रेम-लालसा का प्रतीक है। अकेले नृत्य करने का सपना इस बात का द्योतक है कि आप सिर्फ़ अपने को ही चाहती है, या अपने आप को सब से अधिक चाहती है। किसी अपरिचित युवक के साथ नृत्य करने का सपना यह बताता है कि आप किसी अपरिचित युवक के प्रणय की प्यासी है। यदि आप सपने मे दिखाई देने वाऊ अपरिचित युवक का हुलिया बता सकें, तो यह स्पष्ट हो जायेगा कि आप के मन में किस प्रकार के युवक के प्रेम की कामना है।

(२९) घड़ी या कैलेण्डर

स्वप्न : सपने में घडी या कैलेण्डर दिखाई देने के क्या अर्थ है ?

व्याख्या : दोनों ही बीतते हुए समय के प्रतीक हैं। इन का सपने मे दिखाई देना इस बात का संकेत है कि आप को इस बात की तीव्र चेतना है कि आप की जिन्दगी के दिन बड़ी तेजी मे बीतते चले जा रहे हैं, और यह भी कि आप मृत्यु की कल्पना से भयभीत है।

(३०) मद्यपान

स्वप्न : मैं शराब नही पीता, पर सपने में प्रायः अपने को शराब पीते हुए देखता हूँ। क्या आप इस विरोधाभास का कारण बतायेंगे ?

व्याख्या : सपने मे किसी द्रव पदार्थ (वह दूध हो या शराब) के पीने के अर्थ है कि ऐसे सपने देखने वाला व्यक्ति जीवन की समस्याओं से परेशान हो कर बचपन के दिनो की कामना करता है, जब वह चिन्तारहित जीवन व्यतीत करता था और उस का आहार द्रव पदार्थ ही थे। बचपन में उस की, सुरक्षा की जिम्मेवारी औरों पर थी। चूँकि अब वह अपनी सुरक्षा की जिम्मेवारी किसी और को नही सौप सकता, इसलिए सपनों के कल्पनालोक मे अपनी बाल्यावस्था की कल्पना कर, कुछ देर के लिए, जीवन की कटु समस्याओं से छुटकारा पा लेता है।

पर, आप सपने मे दूध नही शराब पीते है। इस का अर्थ भी यही है कि आप को उस मानसिक स्वतन्त्रता और आत्मलीनता की तलाश है, जो एक शराबी शराब पी कर आसानी से पा लेता है। जब तक आप डट कर जीवन की समस्याओं से नही जूझेंगे, और उन से कतराते ही रहेंगे, तब तक आप को यह सपना दिखाई देता रहेगा।

(३१) धन

स्वप्न : मैं एक निर्धन व्यक्ति हूँ, पर सपनों मे असीमित धन से खेलता हूँ।

व्याख्या : जाग्रतावस्था के समान, स्वप्नावस्था में भी धन शक्ति, सत्ता और अधिकार का प्रतीक है। आप के चेतन मन को धन की आवश्यकता अनुभव होती है। पर चूँकि यह पूरी नही हो पाती, इसलिए इस की पूर्ति आप असीमित धन से खेलने का सपना देखकर कर लेते है। साथ ही, यह सपना इस बात का भी द्योतक है कि दूसरे लोग आप से अधिक प्रभावित नही होते, और आप चाहते है कि आप के पास अधिक से अधिक रुपया होता तो आप, अपने अन्दर अन्य कोई गुण या योग्यता न होने के बावजूद, उन्हे रुपये के बल पर प्रभावित कर सकते, और अपने को उन से बेहतर समझते।

महिलाओं को सपने में धन दिखाई पड़ने के अर्थ है कि वे अपने पति या रिश्तेदारों के प्रेम से सन्तुष्ट नही है, और चाहती है कि वे भी पुरुषों की भाँति धन अर्जित करें ।

(३२) गुड़िया या कठपुतली

स्वप्न : मैं सपनो मे गुड़िया या कठपुतली से खेलता हूँ । पर, वास्तविक जीवन मे मेरा वास्ता न गुड़िया से पड़ता है न कठपुतली से ।

व्याख्या : इस सपने के दो अर्थ हो सकते है—(१) आप अपने को कठ-पुतली की भाँति बेसहारा अनुभव करते हैं, और यह भी अनुभव करते है कि लोग आप को मनचाहा नाच नचा सकते है । (२) आप उस व्यक्ति को, जो आप को मनचाहा नाच नचाता है, गुड़िया या कठपुतली की भाँति दूसरों के हाथों का खिलौना बना देखना चाहते हैं ।

(३३) सोढ़ी

स्वप्न : मेरे हर सपने की कोई न कोई वस्तु अचानक सीढ़ी का रूप धारण कर लेती है ।

व्याख्या : 'सफलता की सीढी' मुहावरा प्रसिद्ध है । आप के सपनों की कोई न कोई वस्तु सदा सीढी का रूप धारण कर लेती है, यह इस बात का परिचायक है कि आप धीरे-धीरे प्रगति कर के किसी वस्तु या आकांक्षा को प्राप्त करना चाहते है । आप जानते है कि इस वस्तु या आकांक्षा की प्राप्ति सतत श्रम करने से ही सम्भव है । इस सपने से प्रेरित हो कर अपने प्रयत्न जारी रखिए ।

(३४) जुए में भाग लेना

स्वप्न : मैं एक व्यस्त गृहिणी हूँ । चार बच्चे है । घर के काम से एक क्षण को भी फ़ुर्सत नही मिलती । पर, सपने में अपने को दाँव लगा कर ताश खेलते देख कर दंग रह जाती हूँ ।

व्याख्या : इस सपने से दंग होने की कोई आवश्यकता नही है । यह सपना इस बात को दर्शाता है कि आप को मन ही मन यह आशा है कि जुए मे विजय-लाभ से ही कभी आप का भाग्योदय होगा । शायद आप यह जानती है कि पति की सीमित आमदनी में से आप कभी कुछ नही बचा पायेंगी । आप का चेतन मन आप के संस्कारों के कारण जुए को बुरा समझता है, इसलिए जागृतावस्था मे जुएबाजी के बारे में सोचना भी आप को अच्छा नही लगता । लेकिन आप का अवचेतन मन, जो इस सपने के मूल मे है, संस्कारों और सामाजिक मान्यताओं से बाध्य नही ।

यदि किसी ऐसे पुरुष को, जो जुएबाज़ी को बुरा नही मानता, जुए मे भाग लेने का सपना दिखाई दे, तो इस का अर्थ यह हो सकता है कि वह भाग्यलक्ष्मी की प्रसन्नता के बल पर अपनी प्रेमिका को पाने की आशा करता है।

(३५) जहाज़ द्वारा यात्रा

स्वप्न : एक सपना मुझे बार-बार दिखाई देता है : मैं पानी के जहाज़ द्वारा लम्बी यात्रा कर रहा हूँ। जाग्रतावस्था मे पानी के जहाज द्वारा यात्रा करने का विचार मेरे मन मे शायद ही कभी आया हो।

व्याख्या : पानी का जहाज अपेक्षाकृत मन्द होते हुए भी अपने लक्ष्य पर पहुँच ही जाता है। सपने मे यह आप को दिखाई देता है, यह इस बात का संकेत है कि आप का जीवन फ़िलहाल अव्यवस्थित है, पर आप उस मे व्यवस्था लाने के इच्छुक हैं और यह व्यवस्था धीरे-धीरे ही आयेगी।

(३६) कार चलाने का सपना

स्वप्न : रोज़ बस से सफर करता हूँ, पर सपने दिखाई देते है कार चलाने के।

व्याख्या : यह एक शुभ संकेत है कि आप समृद्ध और आत्मतुष्ट होना चाहते है।

(३७) हाथों में हथकड़ी

स्वप्न : मैं ने अपने-आप को हथकडी पहने देखा।

व्याख्या : आप की अन्तरात्मा आप को विवश कर रही है कि आप किसी ऐसे गुप्त अपराध को स्वीकार कर लें, जो आप ने औरों से ही नही, स्वयं अपने चेतन मन से भी छिपा रखा है।

(३८) आग

स्वप्न : अच्छे-भले चल रहे सपने मे अचानक आग का दृश्य दिखाई देने लगता है।

व्याख्या : अर्थ स्पष्ट है। आप प्रबल मनोभावों वाले व्यक्ति है। चूँकि, परिस्थितिवश, ऐसे मनोभाव जीवन मे व्यक्त करने के अवसर आप को अधिक नही मिलते, अतः यह अभिव्यक्ति आप के सपनों मे आग के दृश्यो के रूप मे होती है।

(३९) चटकीले रंग

स्वप्न : मुझे सपने मे हर रंग चटकीला ही क्यों दिखाई देता है ?

व्याख्या : आप भी प्रबल मनोभावों वाले उग्र व्यक्ति है। जितनी जल्दी नाराज होते हैं, उतनी ही जल्दी खुश भी हो जाते है। अपने जोश को अपने लिए उपयोगी बनाइए, उसे एक सही दिशा प्रदान कर के।

(४०) स्वादिष्ट खाद्य पदार्थ

स्वप्न : वाह ! कैसे-कैसे स्वादिष्ट खाद्य पदार्थ दिखाई देते है सपनों मे। काश ! उन के दर्शन वास्तविक जीवन मे भी हो सकते !

व्याख्या : सपनों मे स्वादिष्ट खाद्य-पदार्थो के दर्शन कर आप सुखी और सुरक्षित होने की अपनी आदिम आकांक्षा की पूर्ति कर लेते है। जब आप वास्तव मे सुखी और सुरक्षित हो जायेंगे, तो इन खाद्य-पदार्थों के दर्शन आप को वास्तविक जीवन मे भी होने लगेंगे।

(४१) दाँतों का गिरना

स्वप्न : मुझे सपने मे अपने दाँत गिरते दिखाई दिये। वैसे मेरे सभी दाँत स्वस्थ है।

व्याख्या : आप को सावधानी बरतने की जरूरत है। आप के अन्दर आत्मनाशक प्रवृत्तियाँ घर करती जा रही है। इन प्रवृत्तियों का उन्मूलन जितनी जल्दी कर सकें, उतना ही अच्छा। इस सपने का एक दूसरा अर्थ यह भी हो सकता है कि आप ज्यादा समझदार होते जा रहे है।

(४२) अपने अंगो को छीलना

स्वप्न : इधर मुझे सपनों मे किसी न किसी प्रसंग मे एक बात अवश्य दिखाई दे जाती है। वह यह कि मै, हाथ मे जो भी चीज होती है—चाकू, क़लम, चम्मच आदि—उस से अपने शरीर के किसी अंग को छीलना आरम्भ कर देती हूँ। इस अजीब बात से मैं काफी परेशान हो जाती हूँ।

व्याख्या : आप के अन्दर भी आत्मनाशक प्रवृत्तियाँ घर करती जा रही हैं। हीनभावना का परित्याग कर आत्मविश्वास के साथ जीवन की समस्याओं से जूझिए, उस से कतराइए नही।

(४३) आकर्षक पुष्प

स्वप्न : कल रात सपने में अनेक रंगीन और नयनाभिराम पुष्प दिखाई दिये।

व्याख्या : आप रोमांटिक प्रेम के भूखे है, और एक साथ कई लड़कियों से प्रेम करने के इच्छुक है।

(४४) धमाका

स्वप्न : सपने मे धमाका 'सुनाई' दिया था ।

व्याख्या : आप संकोचशील व्यक्ति प्रतीत होते है और अपने जीवन की मामूली से मामूली बात को भी औरों से छिपा कर रखते है । सपने मे धमाका 'सुनाई' देना इस बात को दर्शाता है कि आप को यह डर है कि जिन बातों को आप दूसरों से छिपाते आ रहे है, वे सब एक दिन, किसी करिश्मे से जगजाहिर हो जायेंगी ।

(४५) खुले दरवाज

स्वप्न : मुझे सपनों मे जो भी दरवाज़े या खिडकियाँ दिखाई देती है, सब खुली ही दिखाई देती हैं । ऐसा क्यों ?

व्याख्या : क्षमा करें, आप का मन यौन-सुख के लिए बेताब है । यदि अभी तक अविवाहित हैं, तो शीघ्र ही विवाह कर लीजिए । नही तो आप के बदचलन हो जाने का डर है ।

(४६) घर

स्वप्न : मेरे सारे सपने किसी घर के इर्द-गिर्द ही घूमते रहते है ।

व्याख्या : और वे तब तक घूमते रहेंगे, जब तक आप अपनी गृहस्थी नहीं बसा लेते ।

(४७) डॉक्टर

स्वप्न : मेरे सपने का कोई न कोई पात्र डॉक्टर अवश्य होता है ।

व्याख्या : शायद आप के पिता नही रहे । या, यदि वे जीवित हैं तो उन्होंने आप की उचित देख-भाल—खासतौर पर स्वास्थ्य की उचित देख-भाल—नही की ।

(४८) महासागर

स्वप्न : सपनों मे महासागर न जाने कहाँ से और कैसे आ जाता है । उस की लहरें मुझे अपने आगोश में लेने को व्यग्र दिखाई देती है ।

व्याख्या : आप माँ के निस्सीम प्यार के भूखे हैं । यदि सपने मे कोई नर्स, वृद्धा या गाय दिखाई दे, तो वह भी माँ के प्रेम की प्यास की निशानी है ।

(४९) सेब

स्वप्न : मैं सपने में ताज़े और चमकीले सेब खूब खाता हूँ, जब कि वास्तविक जीवन मे उन के दर्शन भी दुर्लभ है ।

व्याख्या : वास्तविक जीवन में आप को सेब ही नही, सच्चे प्यार के भी (जिस का प्रतीक बन कर सेब आप के सपने मे आता है) दर्शन दुर्लभ प्रतीत होते है । कही, आप के सेब ज़रूरत से ज्यादा पके हुए तो नहीं होते । यदि ऐसा है, तो

आप को शायद ऐसे प्रेम की तलाश है, जो देना ही देना जानता हो लेना बिलकुल नही।

(५०) अर्थी

स्वप्न : कल सपने में क्या देखता हूँ कि मैं अर्थी पर सवार हूँ और लोग मुझे श्मशान की ओर लिये जा रहे हैं।

व्याख्या : अर्थी यद्यपि मौत का प्रतीक है, फिर भी सपने में उसे मौत का प्रतीक नही मानना चाहिए। आप के सपने की सीधी-सादी व्याख्या यही है कि आप अपने वर्तमान जीवन से सन्तुष्ट नहीं है, और सब पुरानी बातों को 'समाप्त' कर नये जीवन की शुरूआत करना चाहते है। शायद ऐसी अनेक बातें है, जिन की पुनरावृत्ति आप अपने नये जीवन मे नहीं चाहते।

(५१) रेगिस्तान

स्वप्न : कल रात सपने में अपने-आप को एक निर्जन रेगिस्तान मे अकेला पाया। मैने रेगिस्तान को पार करने के कई प्रयत्न किये, पर रेगिस्तान का अन्त कहीं दिखाई ही न देता था। जब मेरी आँखें खुली, तब मैं डर के मारे बुरी तरह काँप रहा था।

व्याख्या : स्पष्ट है कि आप निपट एकाकी व्यक्ति है। भले ही आप लोगो से हँस कर मिलते-बोलते हों, पर यह स्वप्न इस बात का संकेत है कि आप का एकाकीपन एक तकलीफदेह हकीकत है, और यह हमेशा आप को कचोटता रहता है। क्या आप को सपने के रेगिस्तान मे किसी नखलिस्तान के भी दर्शन हुए थे ? यदि नही, तब तो निपट एकाकीपन की इस भावना को मन से दूर करने के लिए शीघ्र ही किसी कुशल मानस-रोग-विशेषज्ञ से मिलिए।

(५२) कुत्ता

स्वप्न : मै जहाँ रहता हूँ, वहाँ कुत्ते बिलकुल नही। वर्षो से मैंने कोई कुत्ता नही देखा। पर, सपने मे प्रायः उन्हे देख लेता हूँ।

व्याख्या : आप ने यह नही बताया कि किस प्रकार के कुत्ते आप को सपने मे दिखाई देते है। खूँखार ओर फाडने के लिए तत्पर कुत्ते या वफादार कुत्ते ? यदि आप को लड़ाकू और खूँखार कुत्ता सपने मे दिखाई देता है, तो आप किसी आन्तरिक संघर्ष के कारण परेशान नही है और अपने परिचितों से वफ़ादारी की आशा करते है। पर यदि सपने मे आप की भेंट लड़ाकू कुत्ते से होती है, तो किसी न किसी बात को ले कर आप अवश्य चिन्तित है। कुत्ते का सपना आप की मनोदशा की सच्ची तसवीर पेश करता है।

(५३) इतने सारे सूरज

स्वप्न : मैंने एक अजीब सपना देखा। देखा कि मैं पत्थर का एक बुत बन गया हूँ। शरीर के सब अंग स्थिर और अविचल है, सिर्फ आँखें हरकत कर रही है। फिर मैं ने अपने-आप को एक विशाल सूर्य के मध्य मे पाया। सूरज जो लाल तो अपने सूरज को तरह था, पर गर्म बिलकुल नही था। इस के बाद, क्या देखता हूँ कि अनगिनत छोटे-छोटे सूरज न जाने कहाँ से आ कर इस बड़े सूरज का चक्कर लगाने लगे है। क्रमशः बड़ा सूरज गरम होने लगा, और इस के साथ हो मैं भो पत्थर को सीमाओं से बाहर आने लगा। पुन. मानव-शरीर धारण कर के मैं ऊपर की ओर उड़ने लगा। कुछ देर बाद मुझे एक स्वर्ण-द्वार के दर्शन हुए। जैसे ही मैं ने उस में प्रवेश करना चाहा, अन्दर से आवाज़ आयी, 'जाओ, अगले पचास वर्षों तक इसो आग मे जलते रहो। इस के बाद तुम इस द्वार मे प्रवेश करने के अधिकारी होगे।' यह सुन कर मुझे बड़ो खुशी हुई। जागने पर मैं ने पूजा-पाठ भो आरम्भ कर दिया।

व्याख्या : इस अद्भुत स्वप्न को एक महान् स्वप्न को संज्ञा दी जा सकती है। पत्थर का बुत बन जाना इस बात का प्रतीक है कि आप फ़िलहाल अपनी खामियो के दायरे मे कैद है। पर, किसी बाहरी प्रेरणा से आप इस क़ैद से मुक्त हो जाते है, और आप को आध्यात्मिक शान्ति का अनुभव होता है। आप ससार का परित्याग करना चाहते है, पर स्वयं आप को अन्तरात्मा आप से कहती है कि आप अभी तक पूर्णता प्राप्त नही कर सके है, तथा उस को प्राप्ति मे आप को पचास वर्ष और लग जायेंगे। आप को खुशी इस बात की द्योतक है कि आत्मा से साक्षात्कार कर के आप ने जान लिया है कि पूर्णता को सिद्धि के लिए आप को और कितनी मंजिलें तय करनी है। कुल मिला कर इस स्वप्न का अत्यन्त प्रेरक और फलदायक स्वप्न कहा जा सकता है।

(५४) सूर्य

स्वप्न : सपने मे सूरज के दर्शन होते है, बालसूर्य या अस्त होते हुए सूर्य के नहो, प्रखर ताप वाले दुपहर के सूरज के। कृपया इस को व्याख्या करें।

व्याख्या : सपने मे दिखाई देने वाला सूर्य आत्मबोध और उत्कट जीवनी-शक्ति का परिचायक है। कुछ स्वप्नशास्त्री इसे पूर्णता, शुचिता तथा पवित्र प्रेम का प्रतीक भी मानते है। सपने मे सूर्य का दिखाई पड़ना साधारणतया शुभ और कल्याणकारी मानना चाहिए।

(५५) बैंक और एक समस्या

स्वप्न : मैं ने सपने मे देखा कि मैं ने एक बैंक मे अपनी काफी पूँजी जमा कर दी, पर अब उसे निकालने मे असमर्थ हूँ।

व्याख्या : यह सपना इस बात का संकेत है कि आप को विश्वास है कि उस पुस्तक के अध्ययन से आप को अपने व्यवसाय मे लाभ होगा।

(६३) मेरा साया साथ होगा…

स्वप्न : एक भयंकर सपने की याद मुझे कभी नही भूलती। मैं ने देखा कि मै घर पर बैठा कुछ लिख रहा हूँ। अचानक मुझे किसी कागज की जरूरत पडती है, और मैं मेज की ड्राअर खोलता हूँ। उस मे कागज के स्थान पर एक छोटे आकार के कंकाल को देख कर चकित रह जाता हूँ। जैसे ही मै ने इस कंकाल को निकालने की कोशिश की, उस का आकार क्रमशः बढने लगा। जब वह आदमकद हो गया, तो मै ने उसे एक बड़े सन्दूक मे बन्द कर दिया। इस सन्दूक को ले कर मै एक नदी के किनारे आया, जहाँ मै ने कंकाल को डुबाने की कोशिश की। पर, कंकाल डूबने के स्थान पर तैरने लगा। बड़ी मुश्किल से मै उसे डुबाने मे सफल हो पाया। इस के बाद मै ने अपने-आप को स्टेशन के एक प्लेटफार्म पर पाया, जहाँ रेलवे के एक कर्मचारी ने मुझ से कहा, "आप की ट्रेन इस प्लेटफार्म पर शीघ्र ही आने वाली है।"

व्याख्या : यह सपना इतना भयंकर नही है जितना आप सोच रहे है। आप चाहे तो इस सपने के 'सन्देश' से लाभ उठा कर अपना जीवन सुखी और सफल बना सकते है। आप एक लज्जालु और हीन भावना से ग्रस्त व्यक्ति है, पर लोगो को ऐसा जताते है कि आप बहुत 'स्मार्ट' और जीवट वाले व्यक्ति है। सपने मे आप को दिखाई देने वाला कंकाल असल मे उन गलत धारणाओ का प्रतीक है जो आप अपने मन मे अपने तई पाले हुए है। यह सपना यह दर्शाता है कि आप इन धारणाओ के अस्तित्व से परिचित है, और उन्हे अपने स्मृति-भण्डार से अलग करने के लिए प्रयत्नशील रहते है। अभी तक आप अपने प्रयत्नो मे सफल नही हुए है, पर यदि आप इन गलत धारणाओ, गुप्त आशंकाओ तथा पेचीदी ग्रन्थियो से अपने को मुक्त कर लें, तो आप को नवजीवन प्राप्त हो सकेगा।

(६४) साले को मरने से बचाया

स्वप्न : मुझे सपने मे दिखाई दिया कि मेरा साला नाव मे बैठ कर नदी पार कर रहा है। सहसा नाव डूबने लगती है। किनारे मे खडा हुआ मै फौरन नदी मे कूद पड़ता हूँ और उसे बचा कर लाता हूँ। उसे बचाने मे मुझे बड़ा कष्ट होता है, तथा अपने साले को सकुशल किनारे पर ला कर मै बेहोश हो जाता हूँ।

व्याख्या : फ्रॉयड ने एक स्थान पर कहा है कि आदमी अपनी जिस इच्छा की पूर्ति वास्तविक जीवन मे नही कर पाता, उस की पूर्ति सपनों के मायालोक मे करने का प्रयत्न करता है। आप एक नीरस और साधारण जीवन व्यतीत कर रहे है। इस सपने के माध्यम से आप खुद अपने को यह आश्वस्त करना चाहते है कि वक़्त पड़ने पर

आप कोई असाधारण कार्य कर सकते हैं। यह सपना प्रसिद्धि की आप की ललक को दर्शाता है।

(६५) खोया टिकट

स्वप्न : सपने में देखा कि मित्रो ने प्रोग्राम बनाया है कि बम्बई जा कर जूहू में समुद्र मे स्नान करेंगे। वे मुझे भी अपने इस प्रोग्राम मे शामिल कर लेते है। मै तैयारी कर लेता हूँ। पर जब चलने का समय आता है तो मेरा रेल का टिकट, जो रिजर्व सीट के लिए था, नही मिलता। बहुत ढूँढ़ने पर भी यह टिकट नही मिला।

व्याख्या : यह स्वप्न दर्शाता है कि आप या तो समुद्र-स्नान से डरते है या मौत से। टिकट का न मिलना इस बात का संकेत है कि आप इस बहाने समुद्र-स्नान या मौत की प्रत्येक सम्भावना से बचने की कोशिश करते है।

(६६) आवारा

स्वप्न : इधर सपनो में मुझे आवारा लोगो के दर्शन अधिक होने लगे है। यहाँ तक कि मैं ने खुद अपने को भी आवारा के रूप मे देखा है।

व्याख्या : यह सपना दर्शाता है कि पिछले कुछ दिनों से आप किसी मानसिक तनाव से पीड़ित है। मुक्त और आनन्दमय जीवन व्यतीत करने की आप की ललक इस सपने से प्रकट होती हैं। जैसे ही आप का तनाव समाप्त या कम हो जावेगा, आप को आवारा लोगों के सपने दिखाई देने बन्द हो जायेंगे।

(६७) धारा के विरुद्ध तैराकी

स्वप्न : सपने मे मैं ने देखा कि मै सागर मे धारा के विरुद्ध तैर रहा हूँ, और किनारे पर खड़े कुछ लोग मुझ पर हँस रहे है।

व्याख्या : शायद आप अपने वास्तविक जीवन में बाधाओं को पार कर के सफलता प्राप्त करने का प्रयत्न कर रहे है। यह सपना इस बात का संकेत है कि आप के मन मे यह डर है कि शायद आप अपने प्रयत्नो मे सफल न हो पायें और तब आप को लोगों की हँसी का शिकार होना पडेगा। इस डर को मन से निकाल देना ही उचित होगा।

(६८) पर्वत पर अपना डेरा

स्वप्न : मुझे सपना दिखाई दिया कि मैं एक बहुत ऊँचे पर्वत की चोटी पर स्थित एक भवन मे अकेला बन्द हूँ। भवन के दरवाजे के बाहर खड़े कुछ लोगों की परिचित आवाजे मुझे सुनाई दे रही हैं, 'दरवाज़ा खोलो, दरवाजा खोलो।' मैं दरवाजा खोलने के लिए आगे बढता हूँ, पर तभी बन्द दरवाजो का अनन्त क्रम आरम्भ हो जाता है। एक दरवाज़ा खोलता हूँ, तो उस के सामने दूसरा बन्द दरवाज़ा नजर आने लगता है।

व्याख्या : लगता है, आप शुरू से ही अकेले रहने के आदी हैं, पर आप का अवचेतन (जो सपने मे लोगों की परिचित आवाजों के रूप में प्रकट हुआ) आप को लोगों के बीच देखना चाहता है। यह स्वप्न आप के इसी अन्तर्द्वन्द्व को व्यक्त करता है। हिम्मत कर के, एकाकीपन का वह बन्धन तोड़ डालिए, जो आप ने खुद अपने चारों ओर लगा रखा है। फिर सपने में आप को बन्द दरवाजे नही दिखाई देंगे।

(६९) जल-समाधि

स्वप्न : कल रात एक डरावना सपना देखने के बाद मेरी आँख खुल गयी। सपने मे मैं ने देखा कि मैं नदी मे तैर रहा हूँ, पर सहसा लहरें मुझ पर हावी हो जाती है, और कुछ देर बाद मुझे डुबा देती है।

व्याख्या : आप अत्यन्त भावुक प्राणी मालूम होते है। इस सपने से पूर्व, आप किसी उत्कट भावना के वशीभूत हो कर कोई ऐसा कार्य करते जा रहे थे जिस का परिणाम काफ़ी गम्भीर होता। सपने ने आप को चेतावनी दी है कि भावना के वशीभूत होने के स्थान पर विवेक से काम लें।

(७०) पुलिसमैन

स्वप्न : वास्तविक जीवन में मै कानून का पालन करने वाला व्यक्ति हूँ। पर कल रात मै ने देखा कि एक पुलिसमैन मेरे सामने गिड़गिड़ा रहा है, और मैं उसे बराबर पीटे जा रहा हूँ।

व्याख्या : आप कठोर और नैतिकतापूर्ण वातावरण में पले और बडे हुए मालूम होते है। अब आप अपनी अन्तरात्मा के कठोर अंकुश से मुक्त होना चाहते है। सपने का पुलिसमैन आप की अन्तरात्मा का प्रतीक है, और आप का उसे पीटना इस बात का संकेत है कि आप मनमाना और निरंकुश जीवन जीना चाहते है।

(७१) सहेली के साथ भोजन

स्वप्न : मेरी एक सहेली मुझे बहुत चाहती है। उस की शादी के बाद उस ने मुझे खाने पर आमन्त्रित किया (सपने में) और वे ही व्यंजन खाने को दिये जो मुझे बहुत पसन्द हैं। इस सपने का क्या अर्थ हो सकता है ?

व्याख्या : अर्थ सीधा-सादा है। आप भी अपनी सहेली की भांति विवाह करना चाहती हैं, पर यह भी चाहती है कि आप की सहेली इस के लिए आप को मजबूर करे।

(७२) परीक्षा

स्वप्न : मैं ने सपने मे देखा कि मै एक ऐसी परीक्षा मे बैठ रहा हूँ, जिस में मैं कई वर्ष पूर्व सफल हो चुका था।

व्याख्या : फ्रॉयड ने ऐसे ही एक सपने की व्याख्या इस प्रकार की है : 'आने वाले कल से भयभीत न होइए। उन क्षणों की याद कीजिए जो आपने वास्तविक जीवन में दी गयी परीक्षा से पूर्व इस चिन्ता मे बिताये थे कि मालूम नही आप इस परीक्षा में सफल होंगे या नहीं। यह भी याद कीजिए कि इस चिन्ता के बावजूद आप उस मे सफल हो गये थे। इस विश्वास के साथ भविष्य का सामना कीजिए कि आप भविष्य मे अन्य परीक्षाओं मे भी सरलतापूर्वक सफल हो जायेंगे।

(७३) अँधेरे, बन्द कमरे

स्वप्न : सपने मे मुझे दिखाई दिया कि मैं एक ऐसे अँधेरे, बन्द कमरे मे बन्द हूँ, जिस के अन्दर एक सीढी है, जो कहीं ऊपर जा रही है, और कही नीचे।

व्याख्या : यह अँधेरा, बन्द कमरा आप के अवचेतन का प्रतीक है, और ऊपर-नीचे जाती हुई सीढ़ियाँ अनिश्चित भविष्य का। आप दोनों से डरते है, इसीलिए आप को यह सपना दिखाई दिया। आप अपने प्रति जो धारणाएँ मन मे सजाये बैठे है, वे तब ध्वस्त हो जायेंगी, जब आप अपने अवचेतन की बात सुनेंगे। पर आप फ़िलहाल इस ज्ञान के प्रकाश मे न आ कर अज्ञान के अँधेरे मे रहना चाहते है।

(७४) घर के ऊपर उड़ान

स्वप्न : सपने में मैं ने अपने को बिना किसी यान की मदद से अपने घर के ऊपर उड़ते देखा। यह भी देखा कि एक अप्रिय व्यक्ति मुझे पकड़ने की कोशिश कर रहा है। लेकिन, मैं उस को पकड़ मे नही आता।

व्याख्या : इस सपने से दो बातें स्पष्ट है। पहली—आप के जीवन मे कोई न कोई ऐसा व्यक्ति ज़रूर मौजूद है, जो हमेशा आप को आप की मर्जी के खिलाफ अपने क़ाबू मे रखने का प्रयत्न करता रहता है। आप को पकड़ने की कोशिश करने वाला अप्रिय व्यक्ति इसी व्यक्ति का प्रतीक है। दूसरी—आप शायद नौकरी करते है, और स्वतन्त्र व्यवसाय करने के इच्छुक हैं। अपने मकान के ऊपर आप का उड़ना इसी इच्छा को अभिव्यक्त करता है। यह आप की सब से आगे रहने की आन्तरिक इच्छा को भी दर्शाता है।

(७५) हत्या

स्वप्न : मैं ने सपने में देखा कि मैं किसी अजनबी का गला घोंट रहा हूँ। ऐसी कल्पना तो मैं सपने मे भी नही कर पाता।

व्याख्या : आप कर पाते या नही, यह तो कहा नही जा सकता, पर आप के अवचेतन ने इस सपने के माध्यम से ऐसी कल्पना अवश्य कर ली। सावधान रहिए, कही आप की कुण्ठाएँ आप को कोई उग्र कार्य करने पर मजबूर न कर दें।

(७६) प्रियजन की मृत्यु

स्वप्न : सपने मे मैं ने अपने एक प्यारे रिश्तेदार की मृत्यु का दृश्य देखा। इन सज्जन का मै बहुत आदर करता हूँ।

व्याख्या : भले ही आप दिखावे के लिए उन का आदर करते हो, पर इस सपने से यह स्पष्ट है कि मन ही मन आप उन से बहुत घृणा करते है, इतनी अधिक घृणा कि उन की मृत्यु से भी आप को कोई दुःख न होगा।

(७७) बेजान वस्तुएँ जानदार बनीं

स्वप्न : एक अजीब सपने में मै ने देखा कि मेरे कमरे की सब बेजान वस्तुएँ जानदार बन गयी है, और आदमियों की तरह चल-फिर रही है।

व्याख्या : यह इस बात का संकेत है कि आप अपने कुछ अनुभवों को किसी भी रूप में व्यक्त या साकार करने के लिए व्यग्र है। जैसे कथा-कहानी, चित्र या गीत आदि के रूप मे।

(७८) बौनापन

स्वप्न : मैं ने सपने मे देखा कि मै कालेज की एक क्लास मे पढ़ा रहा हूँ। पढ़ाते-पढ़ाते मै अचानक बौना हो जाता हूँ, और क्लास के लड़के मुझे देख कर हँसने लगते है।

व्याख्या : यह सपना इस तथ्य की ओर इशारा करता है कि क्लास के लड़के आप के अनुशासन मे नही रह पाते।

(७९) भूत

स्वप्न : सपने में मैं ने अपने को उस स्कूल की इमारत में पाया जहाँ मैं दस साल पहले पढ़ा करता था। कुछ सेकण्ड बाद मुझे अपने चारों ओर भूत ही भूत दिखाई दिये।

व्याख्या : शायद स्कूल मे आप का समय सुखपूर्वक नही बीता। उन दिनों की अप्रिय घटनाओं की यादें ही आप के सपने मे भूतों की शक्ल में आयी थी।

(८०) स्नान

स्वप्न : मैं ने सपने मे अपने-आप को बार-बार स्नान करते देखा। यह सपना मेरी समझ मे नही आया।

व्याख्या : यह सपना आसानी से आप की समझ मे आ जायेगा, यदि आप इस बात को समझ लें कि अपने विचारों को शुद्ध और पवित्र रखने की आप की बलवती इच्छा ही इस स्नान-स्वप्न मे साकार हुई है।

(८१) तैराकी

स्वप्न : एक सपने में मै ने देखा कि मैं सागरतट पर खड़ी हूँ, जहाँ अनेक व्यक्ति सागर मे स्नान कर रहे है। काफ़ी लोगों को सागर मे तैरते देख कर मै भी सागर में तैरना आरम्भ करती हूँ, पर तैराकी के बाद पाती हूँ कि मेरा शरीर बुरी तरह सूज गया है, और मै काफ़ी असुन्दर दिखाई देने लगी हूँ।

व्याख्या : तैराकी एक आनन्ददायक क्रीड़ा है। सपनों में यह आनन्ददायक रतिक्रिया का प्रतीक है। आप के सपने से लगता है कि आप विवाह करने और गर्भ धारण करने से डरती है। शायद आप के माता-पिता का वैवाहिक जीवन सुखी न था, या आप ने किसी ऐसे परिवार की दुर्दशा देखी है, जहाँ ज्यादा बाल-बच्चो के कारण हमेशा कलह मची रहती थी। जब तक आप किसी कुशल मानस रोग-विशेषज्ञ के इलाज से अपनी इस मानसिक ग्रन्थि से मुक्त नही हो जाती, तब तक आप को न रतिक्रिया मे आनन्द आयेगा, और न बच्चों की माँ बनने मे।

(८२) अपने ही घर में चोरी

स्वप्न : सपने में मै ने देखा कि मैं अपने ही घर मे चोरी कर रहा हूँ।

व्याख्या : आप के मन मे अपने ही घर के किसी व्यक्ति का प्रेम या उस की सत्ता चोरी करने की प्रबल आकाक्षा है। आप चाहते हैं कि अनायास चोरी-चोरी यह प्रेम या सत्ता आप को मिल जाये।

(८३) रंगाई और रंगाई

स्वप्न : सपने मे मै ने अपना फ्लेट रँगना शुरू किया, तो रँगती ही गयी। हर बार मुझे लगता था कि कोई न कोई खामी रह गयी है रँगाई मे। यह सपना जब टूटा, तब तक रँगते-रँगते मेरे हाथ थक चुके थे।

व्याख्या : जाहिर है कि आप अपने किसी गुप्त अपराध को छिपाने के लिए बार-बार झूठ बोलती हैं। और जितना ही आप झूठ बोलती है, उतना ही आप को लगता है कि अभी भी अपराध के जगजाहिर हो जाने की आशंका मिटी नही है।

(८४) पीने के लिए पानी

स्वप्न : कल रात मैं ने सपने मे देखा कि मैं अपने प्रेमी के साथ बाहर जाने की तैयारियाँ कर रही हूँ। अपने कपडों पर लोहा करते समय मेरे कपड़ों मे आग लग जाती है, और मै अपने प्रेमी से उसे बुझाने को कहती हूँ। प्रेमी पानी आग को बुझाने के स्थान पर मुझे ही पीने को दे देता है।

व्याख्या : आप ने जब सपना देखा, तब आप को जोर से प्यास लगी होगी। साथ ही आप की यह इच्छा भी रही होगी कि पीने के लिए आप को पानी आप

के प्रेमी के हाथों से मिले। आप की इन्ही दोनों इच्छाओ का स्वप्नीकरण आप के सपने में हुआ।

(प्रश्नकर्त्ता ने बाद मे व्याख्याकार को बताया कि उसे सचमुच सपना देखते समय प्यास लगी थी, और सोने से पहले उस ने अपने प्रेमी को याद किया था।)

(८५) घुड़सवारी

स्वप्न : मैं १५-१६ वर्ष का एक नवयुवक हूँ। अभी-अभी मुझे सपना दिखाई दिया था कि मैं घुड़सवारी कर रहा हूँ। घोड़ा मुझे तेज चाल से भगाये लिये जा रहा है। मैं उस की रान खीच कर उसे क़ाबू मे लाने की कोशिश करता हूँ, पर उस की चाल बढ़ती ही जाती है। जब वह मुझे लिये एक खड्ड मे गिरने जा रहा था, तभी मेरी आँख खुल गयो।

व्याख्या : आप की उद्दाम भावनाएँ वह घोड़ा है, जो आप को भगाये लिये जा रही थी। और आप का विवेक घुड़सवार है। चूँकि आप की भावनाएँ आप के विवेक के वश में नही है, इसलिए आप को यह चेतावनी देना आवश्यक है कि यदि आप को संयम और विवेक द्वारा इन भावनाओ पर क़ाबू पाने में सफलता नही मिली, तो आप के जीवन मे कोई गम्भीर दुर्घटना शीघ्र ही हो सकती है। इस सपने के द्वारा आप के अवचेतन ने आप को यह चेतावनी दी है।

(८६) क़ैदी

स्वप्न : कुछ ऐसे लोग, जिन्हे मै ने पहली बार देखा था, सपने मे मुझे कैदी बना कर जेल मे लिये जा रहे थे। मुझे यह सपना एकदम अविश्वसनोय लगा।

व्याख्या : अधिकांश सपने अविश्वसनीय ही लगते है। पर वे जिस भाषा मे बोलते है, वह कभी ग़लत बात नही कहती। आप का सपना अपनी प्रतीकात्मक भाषा में यह कहता लगता है कि आप सचमुच अपने किसी कृत्य के कारण भयभीत है, और आप को आशंका है कि उस के प्रकट होते ही आप के जेल जाने की नौबत आ सकती है।

(८७) गुब्बारे

स्वप्न : मै बच्चा नही हूँ, फिर भी मुझे सपने मे गुब्बारे क्यों दिखाई देते है ?

व्याख्या : आप सचमुच देखना तो चाहते है पुष्ट स्तन, पर उन्हे देखना चूँकि आप की मान्यताओं के कारण ग़लत है, इसलिए आप को उन के प्रतीक गुब्बारे दिखाई देते है। स्तनों के दो अन्य प्रतोक रसदार सन्तरे और दूध भरा नारियल भी है।

(८८) बाग़वानी

स्वप्न : मैं सपने मे अपने को बाग़वानी करते हुए पाता हूँ।

व्याख्या : यदि आप अविवाहित है, तो यह इस बात का संकेत है कि आप विवाह करके पिता बनने के इच्छुक हैं। यदि आप विवाहित है, तो इस सपने के अर्थ है कि आप अपने बच्चों में वृद्धि देखना चाहते है। बागवानी सृजन तथा नवजीवन की प्रतीक है।

(८९) बिल्लियाँ

स्वप्न : मै ने सपने में अपने-आप को बिल्लियों से घिरे पाया।

व्याख्या : बिल्लियों की उपमा आकर्षक और चंचल महिलाओं से की जाती है। सपने मे आप का बिल्लियों से घिरे रहना इस बात का द्योतक है कि आप को चंचल और आकर्षक महिलाओ के बीच रहना पसन्द है। यदि आप वास्तविक जीवन में इस प्रकार रह रहे होते, तो आप को यह सपना नहीं दिखाई देता। एक बात और। यदि बिल्लियाँ शान्त बैठी थी, तो जाहिर है कि आप इन महिलाओं को लड़ते-झगड़ते नहीं देखना चाहते। गुर्राने वाली और आपस मे झगड़ने वाली बिल्लियाँ इस बात की सूचक होंगी कि आप को उन के लड़ने-झगड़ने मे कोई एतराज़ नही है, या आप को आशंका है कि उन में आपस मे लड़ाई-झगड़ा होगा ही।

(९०) चिड़ियाघर

स्वप्न . इधर पिछले दो-तीन सपनों मे चिड़ियाघर किसी न किसी रूप मे अवश्य आ जाता था।

व्याख्या : सपने मे दिखाई देने वाला चिड़ियाघर दो बातों को दर्शाता है। (१) सपना देखने वाला व्यक्ति अपने को 'खतरनाक जानवर' समझता है, और चाहता है कि कोई उसे पकड़ कर किसी पिजरे मे बन्द कर दे। (२) वह अपने-आप को ऐसा 'असहाय जानवर' समझता है जिसे जबर्दस्ती पकड कर किसी पिजरे (बन्धन) मे बन्द कर दिया गया है और बन्द हो कर भी उसे शान्ति नही है, और उसे लोगों का मनोरंजन करने के लिए तरह-तरह के प्रदर्शन और कलाबाजियाँ करनी पड़ती है।

(९१) कलाकार

स्वप्न : सपने मे मैं एक कलाकार बन जाती हूँ, ऐसी कलाकार जिसे न दौलत मिलती है, न शोहरत, और जो फिर भी अपनी कलासाधना मे लीन रहती है। वास्तविक जीवन मे कला के प्रति मेरी कोई रुचि नही है। फिर भी ऐसे सपने मुझे क्यों दिखाई देते हैं ?

व्याख्या : चूँकि वास्तविक जीवन में आप की कला मे कोई रुचि नहीं है, इसलिए यह सपना यही संकेत देता है कि आप जीवन के कटु यथार्थ से त्राण पाने के

लिए व्याकुल है। सपने में की गयी कलासाधना से आप को यह राहत मिल जाती है, भले ही दौलत और शोहरत न मिले।

(९२) सरकस-प्रेम

स्वप्न : सपने में मैं सरकस में काम करने वाली एक लड़की से प्रेम करने लगता हूँ। दिल्लगी यह है कि मैं ने आज तक सरकस देखा तक नहीं।

व्याख्या : सरकस देखा भले ही न हो, उस के बारे में सुना तो होगा और उस के चित्र तो देखे होंगे। आप का अवचेतन इतनी ही जानकारी के आधार पर स्वप्नजगत् में सरकस की सृष्टि कर सकता है। सरकस में काम करने वाली लड़की से सपने में आप का प्रेम इस बात का सूचक है कि आप स्वयं को साधारण लोगों से अलग मानते है, और ऐसे ही असाधारण लोगों से सम्बन्ध स्थापित करने के इच्छुक हैं। सरकस में काम करने वाले लोग साधारण व्यक्तियों से भिन्न होते हैं।

(९३) छोटा एंजिन : बड़ी रेल

स्वप्न : सपने में मुझे दिखाई दिया कि मैं एक विशाल रेलवे प्लेटफार्म पर खड़ा हूँ। एक्सप्रेस गाड़ी आने वाली है, और मैं सोच रहा हूँ कि उस के आते ही मैं किसी डिब्बे में न चढ कर उस के एंजिन पर सवार हूँगा। तभी एक्सप्रेस धड़धड़ाती हुई प्लेटफ़ार्म पर आती है, पर मुझे यह देख कर बड़ा आश्चर्य होता है कि उस का एंजिन बहुत छोटा है। इतना छोटा कि मैं उस में प्रवेश भी नहीं कर सकता।

व्याख्या : अपने जीवन को सुखी, सफल और समृद्ध बनाने के लिए आप के पास अनेक महत्त्वाकांक्षापूर्ण योजनाएँ हैं। आप उन्हें जल्द से जल्द क्रियान्वित कर के सफलता के उच्च शिखर पर पहुँचना चाहते हैं। पर उन्हें क्रियान्वित करने के लिए जितनी शक्ति और जीवन की आवश्यकता है, वह दुर्भाग्य से आप के पास नहीं है। आप की यही निराशा इस सपने में साकार हुई है।

(९४) अवैध प्रेम

स्वप्न : सपने में मैं एक बड़े और अँधेरे कमरे में हूँ। कमरे में एक मेज है, जिस पर मेरी प्रिय सखी का शव पड़ा है। उस शव को देख कर मैं अपने-आप से कह रही हूँ—"बेचारी को मरे हुए दो महीने बीत चुके हैं ···।"

व्याख्या : (यह व्याख्या प्रस्तुत करने से पूर्व व्याख्याकार को इस सपने को देखने वाली युवती से काफी देर तक बातें करनी पड़ी थीं। इस बातचीत के दौरान उसे ज्ञात हुआ कि दो महीने पूर्व उस की सखी नहीं, बल्कि उस की सखी के छोटे बच्चे की मृत्यु हुई थी। इस अवसर पर सखी का भाई आया था, जिसे यह सपना देखने वाली युवती मन ही मन प्यार करती थी)। सखी के भाई से मिलने की आप कितनी इच्छुक है, यह इस सपने से पता चल जाता है। आप जानती है कि वह बिला

वजह नहीं आयेगा। हाँ, अपनी बहन के मरने पर अवश्य आयेगा। भले ही सखी मर जाये, पर इस बहाने आप की उस के भाई से भेंट हो जाये, यह गुप्त पर कुटिल कामना आप के अवचेतन मे मौजूद है, यह सपना इस का गवाह है।

(९५) विचित्र परीक्षा

स्वप्न : सपने मे देखता हूँ कि मैं एक बडे हाल में हूँ, जहाँ मुझे एक प्रश्नपत्र का उत्तर देना है। मेरे सिवा अन्य विद्यार्थी अपनी बाल्यावस्था में हैं, और प्रश्नपत्र भी उन्हीं के स्तर के है। मै प्रश्नपत्र के प्रश्नों का उत्तर आसानी से दे देता हूँ, लेकिन फिर भी मुझे अन्य विद्यार्थियो के सामने शर्मिन्दा किया जाता है।

व्याख्या : इस प्रकार के सपने अकसर दिखाई देते हैं। इन का सीधा सम्बन्ध सपना देखने वाले व्यक्ति की वर्तमान अवस्था से होता है। इस प्रकार के सपनों का सीधा-सादा संकेत यह होता है कि सपना देखने वाला जीवन के परीक्षा-हाल मे परीक्षा देने आया है। इस विशेष सपने का अर्थ कुछ भिन्न है। यह इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाला व्यक्ति जीवन की कठोर समस्याएँ तो दूर, साधारण समस्याओ को हल करने मे भी असमर्थ है, और इस कारण उसे उन लोगों के सामने नीचा देखना पड़ता है, जिन्हे वह अपने से छोटा मानता है।

(९६) घाव

स्वप्न : सपने मे मुझे दिखाई दिया कि मेरा हाथ सूज रहा है, और उस मे बेहद तकलीफ़ हो रही है। जागने पर मैं ने पाया कि वहाँ सचमुच एक घाव होना शुरू हो गया है। दो-तीन दिन बाद इस घाव की वजह से मुझे वाकई बेहद तकलीफ़ होने लगी।

व्याख्या : यह घाव सचमुच उस समय से भी पूर्व बढ़ना आरम्भ हो गया था, जब आप ने यह सपना देखा था। आप के अवचेतन ने उसे तब पहचान' लिया था, जब नींद मे आप का चेतन मन शान्त था।

(९७) सँकरी होती जा रही सड़क

स्वप्न : एक लम्बी और लहरियादार सड़क है, और सपने मे मैं उस पर चलता जा रहा हूँ। चलते-चलते मेरे पाँव दुखने लगते हैं। जब मैं ने वे जूते पहन रखे है, जो मैं दस साल की उम्र मे पहना करता था। मैं उन्हे ढीला कर के आगे बढता हूँ, पर तभी सड़क सँकरी होने लगती है। तभी एक बूढा आदमी न जाने कहाँ से आ कर मुझे जूते उतारने का आदेश देता है।

व्याख्या . सँकरी सड़क जीवन-पथ का प्रतीक है। आरम्भ मे इस के लहरिया-दार होने के अर्थ हैं कि आप समझते हैं कि उस पर सीधे-सीधे चल कर लक्ष्य प्राप्ति

नहीं की जा सकती। आप इस पथ को अपने बचपन के अनुभवों के आधार पर तय करना चाहते थे, पर शीघ्र ही आप को पता चल गया कि जीवन की समस्याओं को हल करने के लिए वयस्क दृष्टिकोण अपनाना होगा। जूते उतारने का आदेश देने वाला बूढा व्यक्ति अनुभव और अक्लमन्दी का प्रतीक है।

(९८) माँ से नाराज़ी

स्वप्न : मै समझता हूँ कि कुछ सपनों के पीछे दानवों का हाथ रहता है। ऐसा न होता, तो मुझे यह अजीब और ख़ौफनाक सपना दिखाई न देता। इस सपने मे मै ने देखा कि सुबह का वक्त है, और मै तथा मेरी पत्नी अभी उठे ही है। इतने मे मेरी माँ हम दोनो के लिए चाय ले कर आ जाती है। मैं सहसा अपना आपा खो बैठता हूँ, और माँ से नाराज़ी से चाय वापस ले जाने को कहता हूँ। कुछ अपशब्द भी मेरे मुँह से निकल जाते है। जाग्रतावस्था मे मै कभी अपनी माँ के साथ इस तरह पेश नही आया। मैं उन का बडा आदर करता हूँ।

व्याख्या : स्वप्नशास्त्री कहते है कि जिन दानवों और देवताओं की कल्पना आप दूसरों मे करते हैं, वे सब हमारे अवचेतन मे ही मौजूद है। आप को जो सपना दिखाई दिया, उस के पीछे कोई दानव न था, स्वयं आप के अवचेतन मे छिपी आप की ही यह भावना है कि शादी हो जाने के बाद भी माँ आप का पीछा नही छोड़ती, और यह कि वह आप को अब तक बच्चा ही समझती है। आप विश्वास करें या न करें, आप के सपने के मूल में आप का यही रुख है। पर, मानव स्वभाव ऐसा है कि सौ में से नब्बे व्यक्ति उन सच्चाइयों का सामना नही कर पाते, जो उन के अवचेतन की गहराइयों से प्रकट होती है, और उस के लिए किसी दानव चुडैल या अन्य किसी बाहरी प्रभाव को ज़िम्मेवार समझने लगते है।

(९९) अँधेरी गुफा और अनखुले बोरे

स्वप्न : सपने मे मैं अपने को एक अँधेरी गुफा मे पाता हूँ, जिस मे हजारों बन्द बोरे रखे है। चाह कर भी मैं उन्हें खोल नही पाता। कुछ दूर पर एक दरवाजा है, जिस के बाहर एक पहाड़ी स्थित है। मै इस पहाड़ी पर चढ़ना आरम्भ करता हूँ, पर कुछ देर बाद मेरी बेत जवाब दे जाती है, और मै नीचे गिरना शुरू कर देता हूँ। गिरता हूँ तो गिरता ही चला जाता हूँ। गिरने का अन्त नही होता।

व्याख्या : इस सपने की व्याख्या ऊपर वाले सपने की व्याख्या के समान ही होगी। अँधेरी गुफा आप के अवचेतन की प्रतीक है, और उस में रखे हज़ारों बन्द बोरे उन सच्चाइयो का प्रतीक है जिन का साक्षात्कार करने का साहस आप में नहीं है। इन सच्चाइयों को नजर-अन्दाज कर के आप प्रयत्नपूर्वक अपने जीवन की कठिनाइयों का सामना करना चाहते है, पर चूँकि इस कार्य मे आप को अपने अवचेतन का समर्थन

और आधार प्राप्त नही है, इस लिए आप असफल रहते है। इतना ही नही, जैसा कि आप की अन्तहीन गिरावट दर्शाती है, आप को भय है कि आप इन कठिनाइयों पर कभी हाबी नही हो पायेंगे। जब तक किसी प्रशिक्षित मानस-रोग-विशेषज्ञ की देखरेख मे आप का मानसिक विश्लेषण नही होगा, आप की कठिनाइयो का अन्त नही हो पायेगा।

(१००) रेल-यात्रा, जो न हो पायी

स्वप्न : सपने मे मैं अपने सारे सामान के साथ प्लेटफार्म पर मौजूद हूँ। वहाँ काफी शोरगुल हो रहा है। जैसे ही ट्रेन प्लेटफार्म पर आती है, मैं सामान एक डिब्बे मे रखना आरम्भ कर देता हूँ। पर, तभी गार्ड आ कर मुझ से कहता है कि मैं इतने सामान के साथ सफ़र नही कर सकता। मैं उसे अपना रेल-टिकट दिखलाना चाहता हूँ, पर वह काफ़ी ढूँढ़ने पर भी नही मिलता।

व्याख्या : आप एक महत्त्वाकांक्षी व्यक्ति है, पर आप ने अन्दर जिन अनेक मानसिक ग्रन्थियों को जन्म दे रखा है, वे आप की महत्त्वाकाक्षाएँ पूरी नही होने देती। रेल प्लेटफ़ार्म उस निश्चय का प्रतीक है, जो आप ने अपनी महत्त्वकांक्षाओ को पूरा करने के लिए किया होगा। प्रस्तावित रेलयात्रा महत्त्वाकाक्षाओं का प्रतीक बन कर सपने में आयी है। सामान आप की मानसिक ग्रन्थियों का प्रतीक है। गार्ड आप का विवेक है, जो आप को यह सलाह दे रहा है कि महत्त्वाकांक्षाओं की पूर्ति इन ग्रन्थियों से छुटकारा पाये बिना सम्भव नही। रेल-टिकट का न मिलना इस बात को दर्शाता है कि अभी आप में उन गुणों की कमी है, जो आप की महत्त्वाकांक्षाओं को पूर्ति के लिए आवश्यक है।

(१०१) बर्फ़

स्वप्न : चारों ओर हिम ही हिम है, और मैं अपने को ऐसे स्थान मे पा कर बड़ा प्रसन्न हूँ। क्या आप इस सपने की व्याख्या कर सकेंगे ?

व्याख्या : सपने के पूरे विवरण के अभाव मे व्याख्या अधूरी ही रहेगी। वैसे, सपने मे हिम का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले व्यक्ति का झुकाव या तो अध्यात्म की ओर है, या निर्दोष रूप से सुन्दर और पवित्र किसी कुमारी की ओर।

(१०२) सागर

स्वप्न : सपने मे मैं एक जहाज में बैठा जा रहा हूँ। जहाज के कुछ यात्री नावों में बैठ कर कुछ देर के लिए सागर-विहार करना चाहते है, पर मैं उन मे सम्मिलित नही होता। मुझे समुद्र से न जाने क्यों एक अज्ञात भय है।

व्याख्या : विख्यात स्वप्नशास्त्री तथा मानसशास्त्री जुंग ने सागर से सम्बन्धित सपनों के बारे मे कहा है : 'सपने मे सागर अवचेतन का प्रतीक है, अवचेतन जिस की

अथाह गहराइयों मे न जाने कितने प्रिय और अप्रिय रहस्य छिपे पड़े है। समुद्र के प्रति भय, वास्तव मे अवचेतन में छिपी सच्चाइयों के प्रतिभय का प्रतीक है। जो विवरण आप ने दिया है, उस के आधार पर सिर्फ इतना ही कहा जा सकता है कि आप स्वयं अपने अवचेतन के प्रति भयभीत और शंकित है। इस भय का मूल कारण स्वयं आप के अन्दर ही मौजूद है, और स्वयं आप ही उसे भलीभांति समझ कर दूर कर सकते है। सपने और स्वप्नशास्त्री आप की महज मदद ही कर सकते है।

(१०३) भेड़िये से लड़ाई

स्वप्न : मैं ने सपने में अपने-आप को एक खूंखार भेड़िये से लड़ते पाया। सपना इतना अधिक डरावना था कि मैं उसे पूरा नही देख पाया, और बीच मे ही मेरी आँख खुल गयी।

व्याख्या : यह खूंखार भेड़िया आप ही के अवचेतन मे छिपे किसी हिंसक तथा आक्रमणशील विचार का प्रतीक है। ईमानदारी से अपने अन्दर झांक कर उस विचार की खोज करने का प्रयत्न कीजिए। जब इस विचार का पता आप को चल जाये, तो सोचिए कि इस विचार के अनुसार चलने मे आप को लाभ है या हानि ? निश्चय ही आप इस निष्कर्ष पर पहुँचेंगे कि इस में हानि ही होगी। यदि सपना आप को पूरा दिखाई दिया होता, तो यह जाना जा सकता था कि इस लड़ाई मे जीत किस की हुई, आप की या भेड़िये की। यदि जीत भेड़िये की होती तो इस के स्पष्ट अर्थ यह थे कि आप का हिंसक विचार फिलहाल आप के ऊपर हावी है। आप की जीत के अर्थ होते कि आप मे उस विचार पर हावी होने का साहस और सामर्थ्य मौजूद है।

(१०४) प्रकाश-पुंज

स्वप्न : अपना एक विचित्र स्वप्न व्याख्या के लिए प्रस्तुत कर रहा हूँ। इस सपने मे मैं ने देखा कि सोने की भाँति दीप्तिमान् हो कर मैं कीचड़ के किनारे खड़ा हूँ। सहसा, कीचड के अन्दर से एक प्रकाश-पुंज बाहर आता है, और कुछ सेकंड बाद, एक धमाके के साथ फूट जाता है। फूटते ही यह प्रकाश-पुंज एक अन्तहीन स्तम्भ का रूप धारण कर लेता है। मैं बडी आसानी से इस स्तम्भ के सहारे ऊपर चढता चला जाता हूँ। कुछ देर बाद मुझे एक सुनहरी द्वार के दर्शन होते हैं। जैसे ही मैं उसे पार करता हूँ, अपने को सूर्य के सम्मुख पाता हूँ। उस समय मुझे जो सुखद अनुभूति हुई थी, वह आज तक तन-मन मे व्याप्त है।

व्याख्या : यह एक महान् स्वप्न है, और आप की निर्मल अन्तरात्मा तथा आधुनिक आकांक्षाओं की पूर्ति करने की आप की बलवती इच्छा का प्रतीक है। सपने मे आरम्भ मे कीचड़ का दिखाई पड़ना इस बात को दर्शाता है कि आप को आरम्भ मे अनेक निराशाओं और विषादों का सामना करना पड़ेगा। पर, सपने के अन्त से स्पष्ट

है कि आप इन का सफलतापूर्वक सामना करने मे समर्थ हो सकेंगे तथा एक न एक दिन उस आध्यात्मिक ऊँचाई को प्राप्त कर सकेंगे, जिस की ललक आप के मन में है।

(१०५) अन्तहीन ऊँचाइयों की ओर

स्वप्न : मुझे एक सपने मे दिखाई दिया कि मैं एक बहुत ऊँचे पर्वत के शिखर पर बैठा हूँ। नीचे घाटी मे असंख्य दास लोग अपने-अपने कार्यों में व्यस्त है। उन्हें देख कर मेरे मन मे विचार आता है, और ऊँचाई पर पहुँचकर मैं इन सब का स्वामी बन सकूँगा। तभी मै ने ऊपर उठना आरम्भ कर दिया। मेरे हाथ में न जाने कहाँ से एक तलवार भी आ गयी, जिस से मैं रास्ते मे आने वाले सब अवरोधों को काटता चलता था।

व्याख्या : लगता है कि आप एक लजालू और हीनभावना से ग्रस्त व्यक्ति हैं। जीवन में काफ़ी अपमान भी आप ने सहा लगता है। चूँकि आप को लगता है कि आप हीन व्यक्ति है, अतएव औरों से ऊपर उठने और आगे बढने की अदम्य आकांक्षा भी आप के अन्दर मौजूद है। यही आकांक्षा इस सपने का रूप धारण करके प्रकट हुई है।

(१०६) आग की लपटे

स्वप्न : सपने में अपने को एक खुले पर अँधेरे मैदान मे पाता हूँ। मैदान के बीचो-बीच बड़ी तेज आग जल रही है। मैं उस आग के समीप जाता हूँ। समीप आ कर कोई अज्ञात शक्ति मुझे आग की लपटों के बीच जाने को बाध्य करती है। लपटें मुझे छूती तो है, पर जलाती नही। लपटों को पार करने के बाद मुझे एक चमकीले स्तम्भ के दर्शन होते है, जिस के शिखर पर सूर्य के समान तेजस्वी अग्निपुंज विराज-मान है।

व्याख्या : आप एक लजालू व्यक्ति है, पर आप का अन्तर्मन आग के समान उच्च और पवित्र विचारों से प्रज्वलित है। इस स्वप्न से स्पष्ट है कि एक न एक दिन आध्यात्मिक क्षेत्र मे उन्नति करने की आप की आकांक्षा अवश्य पूरी होगी।

(१०७) जलता हुआ घर

स्वप्न : सपने मे मैं ने देखा कि मेरा घर जल रहा है, वह घर जिसे मै ने अभी हाल मे खरीदा था, और बड़े शौक़ से सजाया था।

व्याख्या : किसी वस्तु को नष्ट करने वाली आग का सपना अधिकतर अशुभ ही होता है। और इस सपने मे तो आप ने खुद अपने घर को जलते देखा है। प्रस्तुत विवरण के आधार पर इतना ही कहा जा सकता है कि पत्नी या रिश्तेदारों से मन-मुटाव हो जाने के कारण या अन्य कारणवश, आप अपने ही घर मे 'आग लगाने' पर उतारू हो गये हैं।

(१०८) उपजाऊ धरती

स्वप्न : विवाह के कुछ दिन बाद मैं ने सपना देखा कि उस घर के चारों ओर, जो मेरे पति ने विवाह के बाद किराये पर लिया था, पेड और फलफूल वाले झाड़ उग आये है। वास्तव मे हमारे घर के चारों ओर इतनी गन्दगी है कि कुछ पूछिए मत।

व्याख्या : इस सपने मे दिखाई पड़ने वाली उपजाऊ धरती स्वयं आप की सुखी और बाल-बच्चों से भरी-पूरी गृहस्थी बसाने को इच्छा का प्रतीक है। यह इस बात का सबूत भी पेश करता है कि आप उन कठनाइयो से परिचित है, जिन का सामना आप को इस इच्छा की पूर्ति के लिए करना होगा। पर, अन्त मे आप उन कठिनाइयों पर पार पाने मे सफल हो जायेंगी।

(१०९) बाढ़

स्वप्न : मेरे दस साल के लड़के ने मुझे कल बताया कि उस ने एक अजीब सपना देखा है। सपने मे उसे दिखाई दिया कि हमारे घर के सामने एक नदी बह रही है (वास्तव मे कोई नदी हमारे घर के सामने नही बहती) और वह उस के किनारे बैठा है। सहसा नदी मे बाढ़ आ जाती है, और उस की वजह से हमारा घर डूबने को होता है। पर, एक दयालु और तेजस्वी व्यक्ति अचानक प्रकट हो कर बाढ़ को रोक देता है, और नदी पहले की भाँति शान्त हो जाती है।

व्याख्या : बच्चों का मन बड़ा सवेदनशील होता है। इस सपने से स्पष्ट है कि आप का लड़का ऐसे वातावरण मे बड़ा हुआ, जहाँ शान्ति थी, और आप मे और आप के पति मे प्रेमभाव था। कुछ दिनों से यह प्रेमभाव कम हो जाने से घर की शान्ति भी गायब होने लगी है। नदी का शान्त जल इस प्रेमभाव और घर की शान्ति का प्रतीक है। उस मे बाढ आ जाना इस बात का प्रतीक है कि लड़के के संवेदनशील मन ने क्रमशः ग़ायब हो रही शान्ति के तथ्य को भलीभाँति जान लिया है। सपने के अन्त मे एक दयालु और तेजस्वी व्यक्ति का प्रकट हो कर बाढ़ को शान्त करना इस बात का परिचायक है कि आप का लड़का चाहता है कि कोई सज्जन व्यक्ति कही से आ कर आपके और आप के पति के झगड़ो को समाप्त कर दे, और घर का वातावरण पहले की भाँति शान्त और सुखी बन जाये। आशा है, आप और आप के पति इस सपने के सकेत से सबक़ लेंगे, और अपने आपसी झगड़ो को समाप्त कर देंगे।

(११०) अस्पताल में अकेली रोगिणी

स्वप्न : सपने मे मैं ने पाया कि मै किसी अस्पताल के एक वार्ड में पड़ी हूँ, वार्ड जो विशाल होने पर भी एकदम खाली है। सिर्फ़ मैं ही वहाँ एक पलँग पर लेटी हूँ। अचानक, एक डॉक्टर वार्ड में मेरे मृत पिता के साथ प्रवेश करते है, और मेरा निरीक्षण करने के पश्चात्, मेरे मृत पिता से कहते हैं, 'आप सिगरेट पीना छोड़ दें,

तो आप की लड़की बच सकती है, नही तो दिल के दौरे की वजह से ही उस की मृत्यु हो सकती है।' मुझे सचमुच ऐसा दौरा एक बार पड़ चुका है, और तब मुझे ऑफ़िस से लम्बी छुट्टी लेनी पडी थी।

व्याख्या : चूँकि आप के पिता की मृत्यु हो चुकी है, इसलिए सपने मे आप को उन का दिखाई देना इस बात का सूचक है कि आप उन के स्थान पर किसी ऐसे व्यक्ति की कल्पना कर रही थी, जिस से आप अपने पिता की भाँति डरती है। सम्भवतः यह व्यक्ति आप का बॉस है, जिस का सिगरेट पीना आप को अच्छा नही लगता, क्योंकि वह आप को डाँटते समय हमेशा सिगरेट पीता रहता है। अच्छा यही होगा कि आप इस नौकरी को छोड़ कर कोई और नौकरी तलाश कर लें, नहीं यह बढता हुआ मानसिक तनाव सचमुच दिल के दौरों के रूप मे आप को समाप्त कर सकता है।

(१११) सहायक अध्यापक की मृत्यु

स्वप्न : कल रात जो अजीबोग़रीब सपना मैं ने देखा, मै उस से अभी तक स्तब्ध हूँ। इस सपने में मुझे दिखाई दिया कि मुझे घर पर संस्कृत पढाने वाले अध्यापक की मृत्यु हो गयी है, और लोग बड़े धूमधाम से उन का अन्तिम संस्कार करने जा रहे है। इन अध्यापक के कारण ही मै ने बी० ए० में संस्कृत में प्रथम स्थान पाया है। वे अत्यन्त नम्र स्वभाव के व्यक्ति है, और मेरी पढाई में उन्होंने काफी श्रम किया था। वे सहायता न करते, तो मुझे प्रथम स्थान कभी न मिलता। फिर ऐसा निराला सपना क्यों ?

व्याख्या : यह निराला सपना आप को जिस कारण से दिखाई दिया, उसे समझने के लिए आप को एक अप्रिय सत्य का सामना करना पड़ेगा। यह अप्रिय सत्य, जिस से आप का चेतन मन परिचित नही है, यह है कि अब आप को इन सज्जन अध्यापक की कोई आवश्यकता नहीं है। उन की सहायता से जितना लाभ आप को उठाना था, आप उठा चुकी। अब आप का अवचेतन चाहता है कि वह हमेशा के लिए 'ख़त्म' हो जायें, ताकि आप को सब से गर्वपूर्वक यह कहने का अवसर मिल सके कि आप संस्कृत मे अपनी मेहनत के बल पर प्रथम आयी थीं।

(११२) दूध की बोतल

स्वप्न : सपने मे मै ने देखा कि मै पडोस की एक लड़की के साथ, जिसे मैं बचपन से जानता हूँ, बैठा हूँ। लड़की के हाथ मे दूध की बोतल है, जिसे मै उस के हाथ से जबर्दस्ती छीन कर दूध पीना चाहता हूँ। लडकी डर कर भाग जाती है।

व्याख्या : मन ही मन आप इस लड़की से सहवास करने के इच्छुक है। पर, यह भी जानते है कि ऐसा आप जोर-जबर्दस्ती कर के ही कर पायेंगे, और लडकी पर इस जबर्दस्ती का प्रभाव अच्छा नही होगा। सम्भवत. आप के चेतन मन को आप की

इस इच्छा का पता न हो, या इस सपने से जाहिर है कि यह आप के अवचेतन में कहीं छिपी है, और कभी भी किसी न किसी रूप मे अभिव्यक्त हो सकती है ।

(११३) स्नान-सुख

स्वप्न : सपने मे मैं एक सरोवर के किनारे खड़ा हूँ । आस-पास कोई और नहीं है । सहसा, मैं अपने सब कपड़े उतार कर सरोवर मे कूद पड़ता हूँ । इस स्नान से मुझे जो सुख मिला, वह अवर्णनीय है ।

व्याख्या : आप के मन मे तृप्तिदायक स्त्री-सहवास की जो सुप्त इच्छा है, यह सपना उसी को साकार कर रहा है ।

(११४) मुक्त विहंग

स्वप्न : कल्पना कीजिए कि बाल-बच्चों वाला एक जिम्मेवार व्यक्ति अपने को सपने में एक मुक्त विहंग की भाँति उड़ते देख कर क्या सोचेगा ? मुझे ऐसा ही एक सपना दिखाई दिया था ।

व्याख्या : व्यस्त बन्धनों मे बँधे और जिम्मेवार व्यक्ति को ऐसे सपने प्रायः दिखाई देते है । यह इस बात का प्रतीक है कि आप मन ही मन अपने बन्धनों और अपनी ज़िम्मेवारियों से मुक्त होना चाहते हैं । भले ही आप के चेतन मन को आप की यह इच्छा अनुचित लगे, पर आप के अवचेतन मन के लिए यह न अनुचित है, और न अस्वाभाविक ।

(११५) सोने की चाबी

स्वप्न : जैसे ही मैं ने सपने मे अपना पर्स खोला, उस मे सोने की एक चाबी रखी दिखाई दी ।

व्याख्या : यह एक शुभ स्वप्न है, और अपनी प्रतीकात्मक भाषा में आप से यह कह रहा है कि जिन कठिनाइयों और समस्याओं के कारण आप कुछ दिनों से परेशान थीं, उन का हल आप को शीघ्र ही मिलने वाला है । चाबी का सुनहरा रंग इस बात का संकेत देता है कि इस हल से आप को आर्थिक लाभ होने की भी आशा है ।

(११६) मातम

स्वप्न : मुझे सपना दिखाई दिया कि मैं कुछ लोगो के साथ बैठा मातम कर रहा हूँ । पर मुझे यह ज्ञात नही कि कौन मर गया है । क्या यह सपना अजीब नहीं था ?

व्याख्या : अजीब होने पर भी यह आप की किसी समस्या के निवारण मे सहायक हो सकता है । अपने से ईमानदारी से यह प्रश्न पूछिए : आप मे कोई ऐसी

प्यारी आदत तो नहीं है, जो आप की प्रगति में विघ्न डाल रही हो। यह आदत धूम्र-पान, मद्यपान, आलस्य, झूठ बोलना, चोरी करना आदि कुछ भी करा सकती है। आप के विवेक ने इस सपने के माध्यम से आप को संकेत दिया है कि यदि आप इस आदत का परित्याग कर दें, तो आप की प्रगति अबाध होगी। सपने मे चूँकि आप को ज्ञात नहीं था कि आप किस के लिए मातम कर रहे है, इस लिए यह जाहिर है कि आप के चेतन मन को अभी तक ज्ञात नहीं है कि आप की कौन सी आदत आप की प्रगति मे बाधक है? गहराई से आत्मनिरीक्षण करने पर (या किसी मानसशास्त्री द्वारा करवाने पर) इस आदत का पता आप को लग जायेगा।

(११७) बच्चे का सपना

स्वप्न : मेरी आयु साठ वर्ष के लगभग है। फिर भी मुझे यह सपना अकसर दिखाई देता है कि मै गर्भवती हूँ और शीघ्र ही एक बच्चे को जन्म दूँगी।

व्याख्या : आप किसी बच्चे की नही, अपने नव-जीवन की इच्छा अपने मन मे सँजोये हुए है। आप के मन मे या तो मृत्यु की कामना है, जिस के बाद आप को नया जीवन मिलेगा, या यह कामना है कि आप वर्तमान बन्धनों और जिम्मेवारियों से मुक्त हो जायें, ताकि आप की नयी जिन्दगी की शुरूआत हो सके। ये बन्धन और ज़िम्मेवारियाँ कौन-सी है, यह स्वयं आप ही जान सकती है।

(११८) मकड़ी

स्वप्न : क्या आप बता सकते है कि मुझे सपने मे अकसर मकडी क्यों दिखाई देती है?

व्याख्या : सपने मे दिखाई पड़ी मकडी किसी ऐसे व्यक्ति का प्रतीक है, जो चुपचाप रहता है, पर मकडी की भाँति अप्रत्याशित क्षणों मे आप को आलोचना कर या आप को नुक़सान पहुँचा कर आप पर वार करता है। यह व्यक्ति आप का बॉस, पिता या कोई भी हो सकता है। मकडी के बारे मे यह प्रसिद्ध है कि वह अपने किसी प्रेमी को जीवित ही नही छोड़ती। यदि आप किसी निष्ठुर प्रेमिका से प्रेम करते हैं, तो इस सपने के माध्यम से आप उस के असली रूप का ही दर्शन करते रहे हैं। मकड़ी का महीन ताना-बाना बुनने का गुण भी विख्यात है। इस प्रकार यह सपना इस बात का परिचायक भी हो सकता है कि आप मे सूक्ष्म चिन्तन और बारीक़ी से किये गये कार्यो के प्रति रुचि बढ़ती जा रही है।

(११९) फ़ौजी पोशाक

स्वप्न : सपने में मुझे दिखाई दिया कि मेरा बेटा, जो अभी सात-आठ साल का ही है, फौजी पोशाक पहने मुझ से विदा लेने आया है। मुझे याद नही पड़ता कि मैं ने या मेरी पत्नी ने कभी उसे फ़ौज मे भेजने के बारे मे सोचा हो। फिर यह सपना क्यों?

व्याख्या : फ़ौजी पोशाक अनुशासन और व्यवस्था का प्रतीक है। इस सपने से स्पष्ट है कि आप का बेटा आप का कहा नही मानता, और बहुत शैतान है। उसे अनुशासित करने तथा किसी नौकरी मे व्यवस्थित करने की आप की इच्छा इस सपने में मूर्त हुई है। या, शायद आप उस के स्वभाव और उस की शैतानियों से इतना अधिक परेशान है कि उस के घर से चले जाने पर आप को अधिक कष्ट नही होगा।

(१२०) युद्ध

स्वप्न : सपने मे मैं अपने को मध्ययुगीन युद्धो मे भाग ले कर सेना-संचालन करते हुए देखता हूँ।

व्याख्या : सपने मे युद्ध के दृश्य दिखाई देना इस बात का संकेत है कि स्वयं आप के अन्तर्मन में कोई संघर्ष छिड़ा रहता है। सपने मे आप सेना-संचालन भी करते हैं, यह इस बात का द्योतक है कि आप लड-झगड़ कर अपना रास्ता बनाने या दूसरों से अपनी बात मनवाने मे विश्वास करते है। यदि इस युद्ध मे आप की पराजय दिखाई दे, तो इस का अर्थ यह होगा कि आप का अवचेतन इस बात को जानता है कि संघर्ष द्वारा आप अपनी आकाक्षापूर्ति मे सफल नही हो सकेंगे। युद्ध मे आप की जीत होने के अर्थ होंगे कि आप को अपनो संघर्ष-नोति मे पूरी आस्था है।

(१२१) बच्चे और बच्चे

स्वप्न : सपनो मे बच्चों के दिखाई पडने के अर्थ क्या हो सकते हैं ?

व्याख्या : सपनो मे दिखाई देने वाले बच्चो के प्रतीकों को समझना बड़ा मुश्किल काम है, क्योंकि बच्चे अनेकानेक विचारो और भावनाओं को व्यक्त करते है। पूरा विवरण जाने बिना ऐसे सपनो की व्याख्या करना बड़ा जोखिम का काम है। पर, साधारणतया, सपनों मे दिखाई देने वाले बच्चे इन विचारों और भावनाओं को व्यक्त करते है : (१) यदि सपना देखने वाला व्यक्ति सपने में अपने-आप को एक शिशु के रूप में देखे, तो इस के अर्थ यह होगे कि वह एक असहाय व्यक्ति है, और दूसरों के हाथों मे खेलता रहता है। (२) किसी महिला को सपने मे बच्चे दिखाई दें, तो जाहिर है कि वह माता बनने की इच्छुक है। (३) यदि नये-नये बने पति को अपने बच्चे हमेशा रोते हुए ही दिखाई दें, तो यह इस बात का संकेत है कि वह अपने बच्चे से इस कारण, मन ही मन, ईर्ष्या करता है कि अब उस की पत्नी का ध्यान उस के स्थान पर बच्चे की ओर अधिक रहता है। (४) यदि किसी महिला को कोई परिचित वयस्क बच्चे के रूप मे दिखाई दे, तो इस के अर्थ यह होंगे कि वह उस वयस्क की देखभाल करने की इच्छुक है। यदि यह बच्चा हमेशा रोता-झगड़ता ही दिखाई दे, तो यह समझना चाहिए कि वह महिला उस की देखभाल करने के विचार से प्रसन्न नहीं है। (५) हँसते हुए बच्चे के सपने इस बात का संकेत हैं कि सपना देखने वाले को

अपने बचपन के सुखी दिनों की याद आती है, और वह फिर उन दिनों को फिर से जीने का इच्छुक है ।

(१२२) ऊँची दीवार पर चढ़ा प्रेमी

स्वप्न : कुछ पहले मैंने एक अजीब सपना देखा कि मैं एक ऊँची दीवार पर चढ़ने की कोशिश कर रही हूँ । दीवार के ऊपर बैठा एक व्यक्ति, जिस के मुझे सिर्फ़ हाथ दिखाई देते है, मुझे इस दीवार पर चढ़ने मे मदद कर रहा है । तेज़ धूप की वजह से मुझे दीवार पर चढ़ने मे बड़ी कठिनाई हो रही है ।

व्याख्या : कही ऐसा तो नही है कि आप गुप्त रूप से किसी व्यक्ति को प्रेम करती है, और उस से विवाह भी करना चाहती है, लेकिन समाज, परिवार के लोग और उन के विचार आप को ऐसा नही करने देते । सपना बताता है कि आप चाहती है कि आप का प्रेमी, प्रच्छन्न रूप से, इन बाधाओं को दूर करने मे आप की मदद करे । व्यक्ति का सिर्फ हाथ ही दिखाई दे रहा है, यह इस बात का संकेत है कि आप नही चाहती कि उस की आप को सहायता देने की बात का पता किसी को लगे ।

(१२३) उड़नतश्तरी

स्वप्न : मुझे सपने मे दिखाई दिया कि मै ने एक उड़नतश्तरी को पृथ्वी पर उतरते देखा है । इस उड़नतश्तरी पर सवार लोग मानवों से कुछ भिन्न होते हुए भी मानवो से अधिक मेहरबान लगे ।

व्याख्या : जुंग ने कही कहा है कि उड़नतश्तरियों के सपने अधिकतर उन्ही लोगों को दिखाई देते है, जो वास्तविक जीवन मे अपने को अरक्षित और बेसहारा अनुभव करते है । आप को सपने की उड़नतश्तरो के लोग मेहरबान लगे, यह जुंग की धारणा की पुष्टि करता है । चूँकि आप अरक्षित और असहाय अनुभव करते है, इसलिए चाहते है कि अन्य ग्रहों के लोग उड़नतश्तरियो से आ कर आप की मदद करें ।

(१२४) रेगिस्तान में दिया

स्वप्न : सपने में देखता हूँ कि एक विस्तृत रेगिस्तान में दिन में एक नन्हा-सा दिया जल रहा है ।

व्याख्या : यह सपना इस बात का स्पष्ट संकेत है कि कोई समस्या आप को परेशान किये हुए है । उस का हल भी बड़ा सरल है, पर अभी तक वह आप की समझ में नही आ सका है । जब वह आप की समझ में आ जायेगा, तब आप स्वयं कहेंगे कि इतना आसान हल पहले मुझे क्यों नहीं सूझा ।

(१२५) पुल

स्वप्न : मुझे सपने बहुत कम दिखाई देते हैं, मगर जब भी दिखाई देते हैं, तब उन में पुल ज़रूर रहता है। सिर्फ एक बार मैं ने एक पुल को टूटते देखा था, अन्यथा सभी पुल सुदृढ़ थे।

व्याख्या : पुलों के सपने साधारणतया शुभ ही होते है। पुल किसी खतरनाक या अगम्य स्थान को पार करने में आप की सहायता करता है। वह अकसर सपने मे तभी दिखाई देता है, जब आप के सामने कोई कठिन समस्या उपस्थित हो, और उस के हल के लिए आप को किसी सुदृढ़ और निर्भरणीय व्यक्ति या वस्तु की दरकार हो, या आप को उस की तीव्र कामना हो। पुल का टूटना इस बात का द्योतक है कि यद्यपि आप को ऐसी निर्भरणीय या सुदृढ वस्तु उपलब्ध हो जायेगी, पर अपनी गलती से आप उस का ठीक उपयोग नहीं कर पायेंगे।

